



**WE ARE
GYMNASTICS!**
GYMNASTICS.SPORT



2026 ワールドカップ シリーズ

審判研修



CONTENT



プレゼンテーションの内容

- ルールの更新
- 前回の世界選手権で“ブロック”原因となった要素の例
- Q&A

映像研修は、会場での審判研修中に行われます。



身体難度一DB



身体難度の問題



DBの基礎的特徴

DBの誤差

手具操作

**リスク（十分な回転、
滝状の投げの基準）**



フェットテバランス



REMINDER!!!

10.10. ダイナミックバランス

10.10.1. ダイナミックバランスは、1つの形から次の形へ滑らかで連続的な動きとして実施され、バランスのいずれの局面でも静止位置が不要。選手が静止位置を伴いダイナミックバランスを実施しても、難度は評価される（減点なし）。

10.10.2. フェットテバランスは1個のバランスDBである：

- 各形の間には必須の踵の支持を伴いながらルールで実施された最低3つの同じまたは異なる形、**ホップなし**で、**移動なし**で、動脚、手（両手）、または他の**いずれかの身体部位が床に触れることなし**で
- 各形ははっきりとアクセントを見せること（明確な位置）、**回転を加えずに**
- 手の支持を伴う、または伴わない
- いずれかの2つの形の間で、90°、180° または 270° の最低1つの回転を伴う



身体の基礎的特徴 バランス



*移動



*ホップと移動



*移動と床に触れる



*移動と床に触れる



*足が床に触れる



*ホップと移動



身体の基礎的特徴 バランス



10.1.2. 3種類のバランス難度の基礎的特徴：

- 1) 足による実施：つま先でのルルベ、または踵をついて
 - 形がはっきりと固定され明確であること
 - 静止位置で最低1秒間形を固定させること

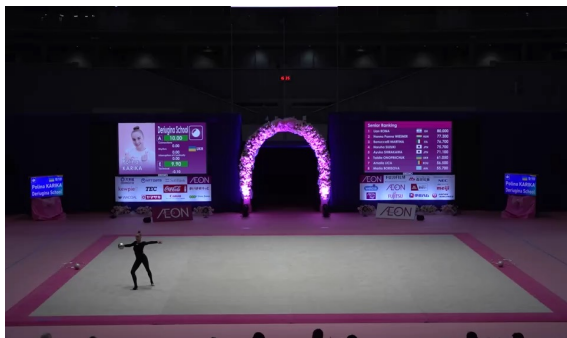
10.1.3. 形が明確でないバランス難度は（一覧#11の定義に従って）、難度として無効であり、実施より減点される（#2.5.2.-2.5.4.）。



すべてのDBは、定義が不明確で、静止位置がないため、無効。



ラファエリ ピヴォット



身体の大きな誤差、基本回転（180度）の後に形が作られる
DBは無効



上がっている脚の誤差
DBは有効 1.1

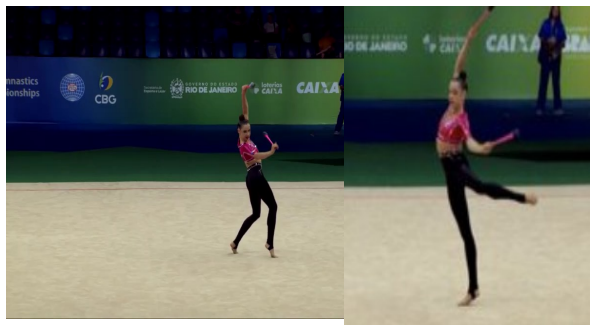


基本回転（180度）の後に形が作られる
DBは無効





誤差



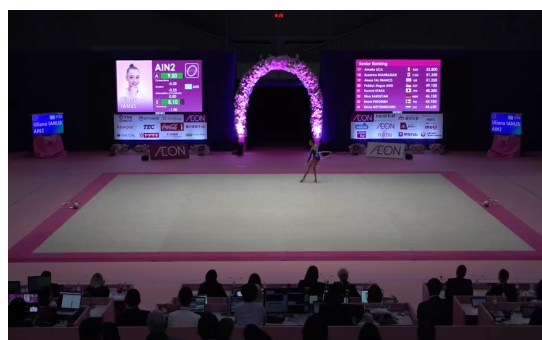
脚の大きな誤差
DBは無効



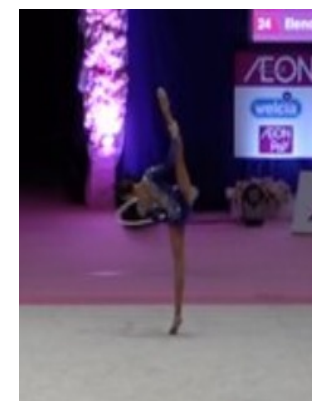
胴の中くらいの誤差
DBは有効



胴の大きな誤差
DBは無効



胴の中くらいの誤差
DBは有効





誤差



胴の大きな誤差
DBは0.3; 難度の基本価値を与える



胴の中くらいの誤差、切り替えは
小さな誤差で実施
DBは有効 (0.6)

- 2.5.5. 例外：“胴の後屈”が大きな誤差を伴って実施された場合、実施減点を与えるが、“後屈”を伴わず基礎的特徴に従って実施された場合は、難度の基本価値が有効になる場合がある

注意

スイッチリープジャンプは、ダウングレードの対象ではありません。このケースはスイッチの大きな誤差での実施により、DBは無効



手具操作の必須条件



2.6. 手具操作の必須条件

2.6.1. 各DBは表#3.3-3.4の定義に従って最低1つの手具技術要素を伴って実施すること。

2.6.2. 手具技術要素がDBの始め、最中、または終わるまでに実施された場合、DBは手具技術要素と関連している。

<p>バランスの“始め”と“終わるまでに”とはどのような意味か？</p>	<p>バランス(ダイナミックバランスを除く)の始めとは選手が必須の形をとった瞬間。“終わるまでに”とは、選手が必須の形を保ち、ルルベの状態(ルルベでのバランスの場合)の終了直前まで</p> <p>難度は選手が形またはルルベ(ルルベでのバランスの場合)を止めたとき終了。</p> <p>ダイナミックバランスは、最初の動作で始まり、最後の動作で終了。</p> <p>選手が両脚に戻るまたは横たわったとき、ダイナミックバランスは終了。</p>
--------------------------------------	--

バランス DB (ダイナミックバランスを除く) での大きな転がしの注意：

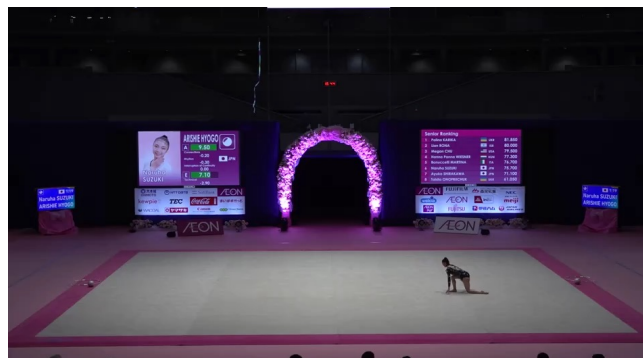
転がしのきっかけと DB のきっかけは同時に行うことができる。また、DB のきっかけの後に行ってもよい。最初のきっかけの後、バランス DB は転がしの間、固定されることが要求される。そうでない場合、DB の基準は大きな転がしの DA に対して有効ではなく、大きな転がしはバランス DB の有効な手具技術要素とはならない。



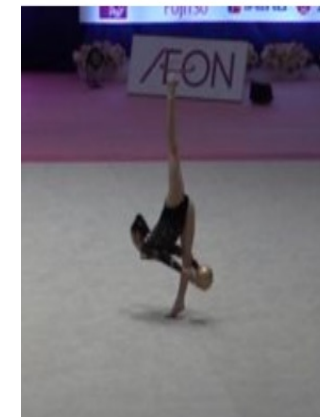
手具操作



フープの回転が十分ではない
DBは無効



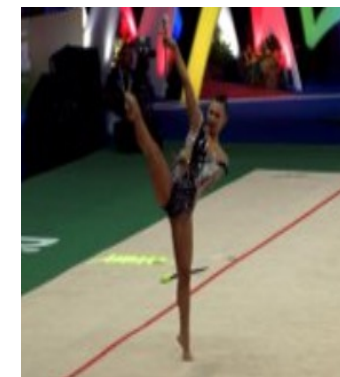
高い突き（膝の高さまたはそれより高い）
DBは無効



DBより前の手具操作
DBは無効



DBより前の手具操作
DBは無効





プレアクロバット



13

イリュージョン (脚をあげた回転、垂直面で360°の回転)

中間姿勢：
終末位置：

水平または水平以下の胸で、手の支持を伴うまたは伴わない、胸はどの方向も向ける、膝立ちで終わる、など

脚の動き：

脚 (両脚) を曲げる、または伸ばす

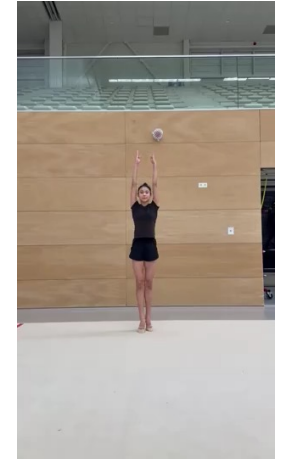
注意：

イリュージョンは垂直面で360°回転すると有効：直立から屈曲位置を経て、再び垂直位置に戻る
イリュージョンは水平面で360°回転する必要はない：開始と終了が同じ方向を向く必要はない

可能なバリエーションの例：



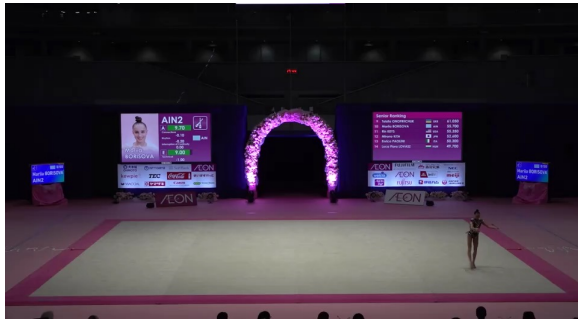
イリュージョンは無効、基本回転がない、リスクは無効



プレアクロバット有効



回転を伴うダイナミック要素



基本回転がないため、すべてのリスクは無効



滝状の投げ



滝状の投げは2本のクラブを次々に投げ、ある時点で両方が空中にあること。



滝状の投げの基準は無効
リスクは有効；0.5



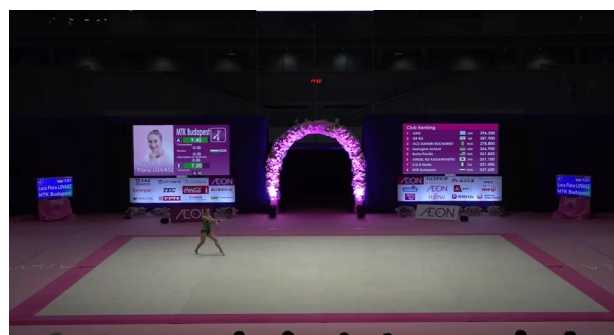
滝状の投げの基準は無効
リスクは有効；0.6



滝状の投げの基準は無効
リスクは有効；0.4



滝状の投げの基準は無効
リスクは無効；2回の基本
回転がない



滝状の投げの基準は無効
リスクは有効；0.2



滝状の投げの基準は無効
リスクは有効；0.6



有効な“滝状の投げ”の例



すべての滝状の投げの基準は有効；2本のクラブが同時に空中にある



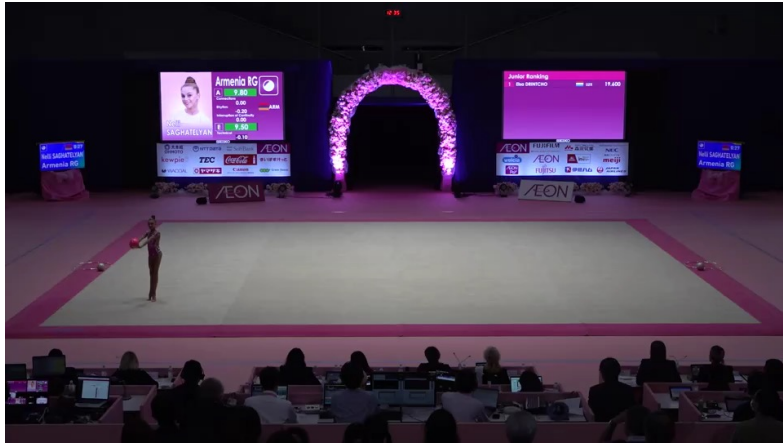
手具難度 – DA



DAーフェツテバランス

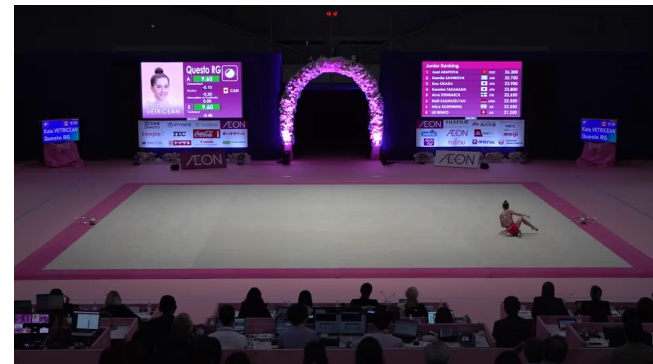


RHYTHMIC GYMNASTICS



フェツテバランスは以下の要素を実施：
各形の中に必須の踵の支持を伴いながら、ルルベ
で実施された最低3つの同じまたは異なる形、
ホップなしで、移動なしで、動脚、手（両手）、
または他のいずれかの身体部位が床に触れること
なしで

DB無効 – 要求される技術を満たしていない
DA無効



DB有効
DA有効



DAーフェツテバランス



DB無効 – 要求される技術を満たしていない (ホップ)
DA無効



DA無効 転がしが不完全

DBは、他の操作があるので有効



DA（床上の位置）



5.4.6.

床上の位置で最高 3 回の連続した DA を実施することができる：

- ・ “床上の位置”と定義される場所で連続して 3 個の DA を実施した後、選手は最低 1 回 “床上の位置”以外のつなぎの動きまたは難度を通過すること、その後、選手が“床上の位置”に戻ることが許可される。
- ・ 床上での追加の連続した DA（選手が床上を離れるまで）は、DA の試みとして数えられ、無効（有効な他の 2 個の基準に関わらず）、DA 審判によって減点される：



- 1 DA有効
- 2 DA無効（4つの波がない）
- 3 DA無効（4つの輪がない）
- 4 DA有効 後転（プレアクロバット回転）
- 5 DA有効

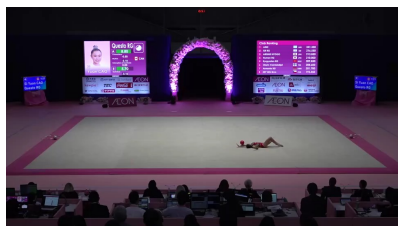
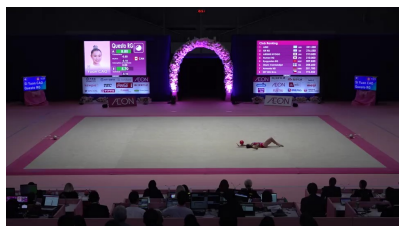
後転（4つ目のDA）および、立ち膝の位置は“床上の位置”ではないとみなされる。



転がし



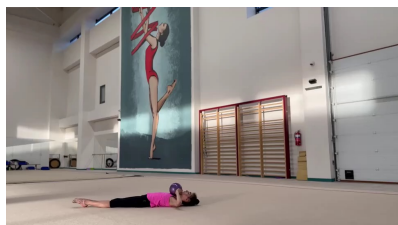
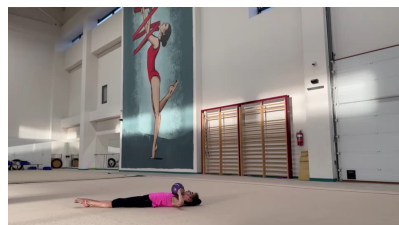
身体上の最低でも大きな2部位のボールの大きな転がし



転がしのDA無効。転がしが不完全。



転がしのDA無効。転がしが不完全。



転がしのDA有効。転がしが完全。



DA



0.40条件の提示
 “高い投げからの受け” + 2番目の手具ベース + 両方の
 ベース中に実施される最低1個の基準

ベース	ベース の記号	価値	基準						
			⊗	≠	≠	○	=	W	DB

高い投げからのボール の受け	↓	0.30	v	v	v	v	v	v	v
-------------------	---	------	---	---	---	---	---	---	---

突き、押し、リバウンド： 手/腕を除く身体の異なる 部位を使用して	→	0.20	v	v	v	v	N/A	v	N/A
---	---	------	---	---	---	---	-----	---	-----




DA



DA=0.00 ↓ 高い投げからのボールの受け
✗ ✗



DB=0.40 ↓ 高い投げからのボールの受け
→ 突き、押し、リバウンド：
手/腕を除く身体の異なる部位を使用して
≠ 



DA



DB = 0.40



高い投げからのボールの受け



突き、押し、リバウンド：

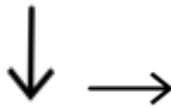
手/腕を除く身体の異なる部位を使用して



RHYTHMIC GYMNASTICS



空中下でのリープ



高い投げからの受け +
胸からのリバウンド

DA = 0.00

2.6.3.

単独のDBが空中下で実施された場合、DBがDAの基準であったとしても、その投げと/または受けでいかなる価値の他のDBを実施することはできない。最初のDBのみが評価される。



DA



どちらのDAも有効
0.40

高く投げた後、選手が身体の他の部分を使いリバウンド
を行う場合、DAは0.40とみなされる



DA



Q&A 52

選手は、DB中に腕でのリバウンドで高い投げからボールを受けた。
 これは、受け+DB+手以外で0.3のDAですか？それとも、2個のベースの組み合わせ（受け+リバウンド）を試みた無効なDAですか？ただし、リバウンドは定義に則って実施されていません。
 これは、2つの有効な基準（DBと手以外）DA0.30点です。
 リバウンドを考慮する必要はありません。

RHYTHMIC GYMNASTICS



DA = 0.30



高い投げからのボールの受け



(DB ≠)



DA = 0.30



高い投げからのボールの受け



(≠ ⊗)



これは、2つの有効な基準（DBと手以外）DA0.30点です。
 リバウンドを考慮する必要はありません。



DA



DAは無効

視野外で定義された範囲から
クラブを投げていない

5.4.3. 手具要素が身体の前または横で実施されるこの基準は無効
(視野外)



DA



DA = 0.00

**1本のクラブは360°の回転が
不足している**



DA = 0.00

クラブの360°の回転が不足している

**360°の回転を伴うジョイントされていない
2本のクラブの投げ/受け：同時にまたは次々と**



DA



どちらのブーメランも無効
手と腕が“視野外”の位置にない

5.4.3. 手具要素が身体の前または横で実施されるこの基準は無効
(視野外)



DA



注意

ブーメランは3つの動きで構成されている:

1. スティックを空中、または床上に沿って放す(投げ)。
2. 引き戻し
3. スティックの受け



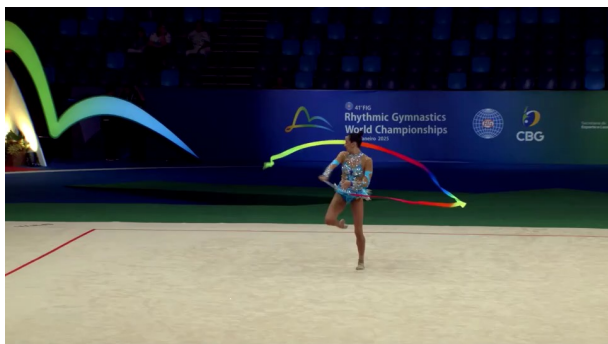
動きが1つ欠けた場合—

この例では、2つめの動き = 引き戻し

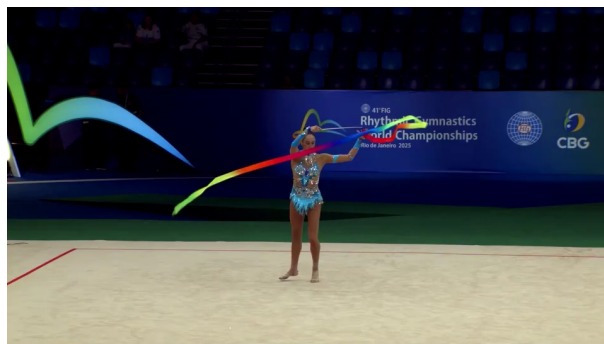
DA = 0.00



DA



1つ目のDA有効
側転



2つ目のDA有効
前方

3つ目のDA無効
(~~×~~ではない)
DAで後方を使用



4つ目のDA無効
前方の繰り返し

DAは実施順に15個カウント。

(DAの技術実施に関係なく) 追加のDAは評価されない。

1つのDAより多く、同じグループのプレアクロバットを実施した場合

DAは無効



DA



DA無効



高い投げ (≠ ~~⊗~~)

DA有効



高い投げからの受け (≠ ~~⊗~~)

5.6.3.に注意

低い投げについて：

投げる時に1つの基準しかない

受けに2つの基準がある場合、DAは有効。

低い投げの最中に2個の基準が実施されているが、1個または両方の基準が有効ではない場合：

“低い投げ”のDAはDAの試みとして数えられ、DAは無効、受けの最中に2個の有効な基準があっても同様。

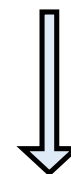


DA



DA無効

投げDA、受けDAでもない
なぜなら



5.6.4.1.

空中下で 360° 以上の回転を伴う高い投げと受けはR の特性である。
このような要素は常にRとして評価され、決してDAとして評価されない。



芸術



• 審判の皆様へ

- ▶本プレゼンテーションの演技例は、分析対象の構成要素について、審判間に有意な評価差が見られた**統計データ**に基づいて選定されている。
- ▶すべての演技はリオデジャネイロ世界選手権のものであり、**得点や順位とは関連しない**。
- ▶目的は、**芸術的評価の理解を深め、最終結果の精度を高めること**。
- ▶このTCプレゼンテーションは、コーチが芸術的パフォーマンスの構成要素の評価を理解するためにも重要である。



- したがって、ここでは**芸術得点を付与しているわけではないこと**を理解してほしい。私たちは、審判間の評価の差を減らすために、各構成要素を**どのように個別に評価するか**を議論している。
- また、芸術的パフォーマンスは**大会ごとに異なる**ものである。ある大会では非常に良い芸術性を発揮しても、別の大会ではそうでない場合があること、あるいは予選では良い芸術性を示せなかったが決勝では卓越した芸術性を発揮する場合があることも理解する必要がある。



- ▶ 審判は、過去の大会や以前の競技の得点を再現してはならない；すべての審判は、**大会当該時点**の芸術的構成要素の評価に関わるCOP（採点規則）に基づき評価する必要がある。
- ▶ したがって、ここで使用されている例は、特定の大会における**特定の演技**に基づくものであり、その選手がすべての演技で受けるべき得点を示すものではないことを明確にすることが重要である。



**DB・DA審判が
難度のさまざまな可能性を評価するのと
同様に、
芸術審判も
各構成要素を評価する必要がある。**

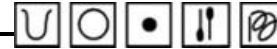


日本体操協会 (2025-2028 芸術減点表)

氏名:

所属:

日付:



決勝

個人総合 予選

個人ノート

要素/瞬間:

イントロ OK 0.0	イントロ 4秒以上 -0.3	
ステップ OK 0.0	1つノーカウント -0.3	2つノーカウント -0.6
メロディチェンジ/エフェクト 0.0	1つノーカウント -0.3	2つノーカウント -0.6
連続性 OK 0.0	連続性の中断 -0.6	
演技終了時に音楽と動きのハーモニーがある 0.0	演技終了時に音楽と動きのハーモニーに欠ける -0.3	ルールに従わない音楽 -0.3

ノート

全体の減点

アイデアのガイドと動きの特徴	0.0	-0.3	-0.6	-1.0
身体の表現	0.0	-0.3	-0.6	
表情	0.0	-0.3		
フロアの使用	0.0	-0.3		

減点のカウント:

つなぎ (0.0-2.0)
リズム (0.0-2.0)

減点合計

減点の合計

審判No.

署名



アイデアのガイド (GUIDING IDEA) と特徴 (CHARACTER)

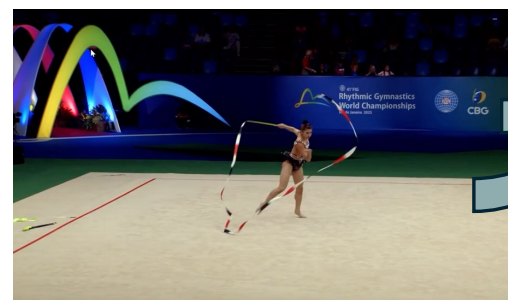
1st リメンバー：個人のパーツ



- パーツとは、キャラクターを伴った連続する難度および／またはコネクションで構成される：



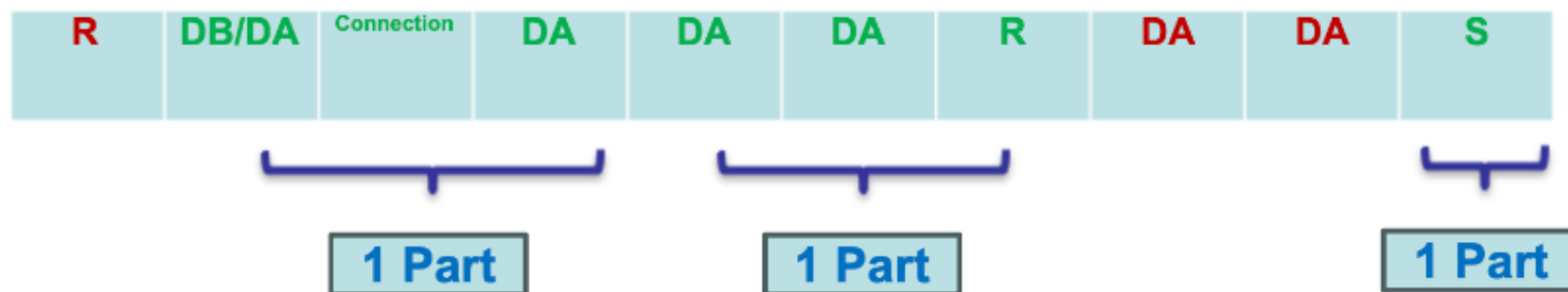
DA	R	Connection	OK
DA	DA	DA	OK
DA/DB	DA	DB/DA	OK
Connection	DB/DA	DA	OK
Connection	DA	DA	OK





アイデアのガイド (GUIDING IDEA) と特徴 (CHARACTER)

1st リメンバー：個人のパーツ



- 特徴(キャラクター)あり
- 特徴(キャラクター)なし



アイデアのガイド (GUIDING IDEA) と特徴 (CHARACTER)



構成要素	0.0 p.	0.3 p.	0.6 p.	1.0 p.
○アイデアのガイド 個人	演技全体 全てのパーツに 特徴がある	演技の大部分 一部のパーツで 特徴が欠けている	4 パーツ 大部分で特徴が 欠けている	4 パーツ 未満

1.00の減点は、
4つのパーツを認識できなかった場合
であることを理解することが重要である。



減点
1.00

4 パーツを認識できなかった

CHARACTER 1

$\overset{\neq}{S}$ DB CON DA R $\overset{\neq}{DB}$ DA CON BB/DA DA $\overset{F}{DB/DA}$ DA CON DA DA DA DA CON R
 $\underset{1}{S}$ DA R CON $\overset{1}{DB}$ $\overset{2}{DB}$ $\overset{2}{DB}$ DA $\overset{3}{DB}$ DB/R CON DA

審判員の採点：0.30 / 0.60 / 1.00



減点
1.00

4 パーツを認識できなかった

CHARACTER 2

S₁ DA F₀ DB F₁' DB CON DB DB DB CON R DA DA CON DA DB CON DA DA DB

DA DA CON DA DB R DA DA S₂

審判員の採点：0.30／0.60／1.00



アイデアのガイド (GUIDING IDEA) と特徴 (CHARACTER)



構成要素	0.0 p.	0.3 p.	0.6 p.	1.0 p.
アイデアのガイド 個人	演技全体 全てのパーツに 特徴がある	演技の大部分 一部のパーツで 特徴が欠けている	4 パーツ 大部分で特徴が 欠けている	4 パーツ 未満



0.60の減点は、個人の演技で最低限以下を満たすことが必要である：

4パーツ

+

ディテールと音楽の間に明確な統一性がある

多様性の有無 (必須条件ではない)



減点
0.60

4 パーツ
+
ディテールと音楽の間に明確な統一性がある
多様性の有無（必須条件ではない）

CHARACTER 3

\uparrow
 (DA) (DB/DA) (DA) (S) DA \uparrow \uparrow \uparrow \uparrow DB DB DB DB (DA) (DA) R CON DA (CON) (DA) DA (S)
 DA DA (DB/DA) (DA) R DA (DB/DA) R (DB) (CON) R

1
 2
 3
 4

審判員の採点：0.30／0.60／1.00



アイデアのガイド (GUIDING IDEA) と特徴 (CHARACTER)



構成要素	0.0 p.	0.3 p.	0.6 p.	1.0 p.
アイデアのガイド 個人	演技全体 全てのパーツに 特徴がある	演技の大部分 一部のパーツで 特徴が欠けている	4 パーツ 大部分で特徴が 欠けている	4 パーツ 未満



0.30の減点は、個人の演技で最低限以下を満たすことが必要である：

4パーツ

+

アイデアのガイドがある

演技の大部分に特徴がある

身体部位の優れた多様性がある

動きの種類の優れた多様性がある



減点
0.30

4パーツ
+
アイデアのガイドがある
演技の大部分に特徴がある
身体部位の優れた多様性がある
動きの種類の優れた多様性がある

CHARACTER 4

R CON DB DA S DA DB R DA DA DB CON DB DB/DA CON DA DA
DB S DA DB/DA DA DA R DB R

審判員の採点：0.30／0.60／1.00



減点
0.30

4パーツ
+
アイデアのガイドがある
演技の大部分に特徴がある
身体部位の優れた多様性がある
動きの種類の優れた多様性がある

CHARACTER 5

CON DA DA DA CON R DA DB/DA DB/DA DA S DA DB

DB DB DA R DA DA/DB S DB DA DA R DA DA DB R

1 2 3 4

F F'

審判員の採点：0.30 / 0.60 / 1.00



身体の表現 (BODY EXPRESSION)



この演技には、**身体の各部位**の動きが硬直的であったり、全く関与していないように**見える部分(パーツ)**が一切ない。

構成要素	0.0 p.	0.3 p.	0.6 p.
身体表現が完全に発達している 個人	大部分 一部のパーツは十分に発達していなくてもよい	2パーツ 演技の大部分については、十分に発達していなくてもよい	2パーツ未満

演技の一部で発達している
または 発達していない
と／または...
硬直的／無表情／集中した表情を見せる瞬間が4つ以上

音楽の解釈を表現する能力が限られている

したがって、演技全体で展開される表現のパーツがない場合、いくつかのパーツまたは練習全体で表現が部分的に展開されているように見えても（表現しようとする孤立したセグメント）0.60点減点

演技の一部で完全に発達している
そして...硬直／無表情／集中した表情を見せる瞬間は4回未満

音楽の解釈を表現する能力が限られている

0.30点の減点は、「一部の身体部位だけで示される身体表現」を評価するものではない。審判は、演技のどの部分が十分に発達した身体表現で行われているかを評価する必要がある。



減点
0.60



演技の**一部**で**発達**している または
発達していない:
と/または...
硬直的/無表情/集中した表情を
見せる瞬間が4つ以上

(音楽の解釈を表現する能力が限られている)

BODY EXPRESSION 1

DA_{NE} DA_{NE} DB^{F'}_{NE} CON_(E) R_{NG} DB^F_{NR} DA_{NR} S_(E) DA_{NE} R_{NR} DA_{NR} DB^二_{NE} DB^三_{NR}
S_(E) R_{NR} DA_{NR} DA_{NE} DA_{NE} DA_{NE} CON_{NR} DB_{NE} DB^二_{NE} DA_{NR} DB^三_{NE} R_{NG}

NE-表現力がない (硬直的/無表情/集中している)
NR-硬直的ではないが、単なる演技
E -全体的な表現力

審判員の採点：0.00/0.30/0.60



減点
0.30



演技の一部で**完全**に**発達**している
そして...
硬直／無表情／集中した表情を
見せる瞬間は4回未満

音楽の解釈を表現する能力が限られている

Body Expression 2

DA NR DA (E) DA NE R NB CON (E) DA (E) DA (E) DB NE CON NE DB NE DA NE DA NE S (E) DB NE CON (E)

R NE DA (E) CON (E) DB NE DB NE CON NR DB NR CON (E) DB NE S (E) R NE CON NE DA NE R NE CON NE DB NE DA NE DA NR CON (E)

NE-表現力がない（硬直的／無表情／集中している）
NR-硬直的ではないが、単なる演技
E -全体的な表現力

審判員の採点：0.00／0.30／0.60



表情



構成要素	0.0 p.	0.3 p.
表情： 最優先 個人	2パーツ 大部分は優先順位が 低くても良い	2パーツ 未満

そして...

硬直／無表情／集中した表情を見せる瞬間は4回未満

と／または...

硬直的／無表情／集中した表情を見せる瞬間が4つ以上

表情は、観客に感情を伝達させる！



表情



減点
0.00

2 パーツ（大部分は優先順位が低くても良い）

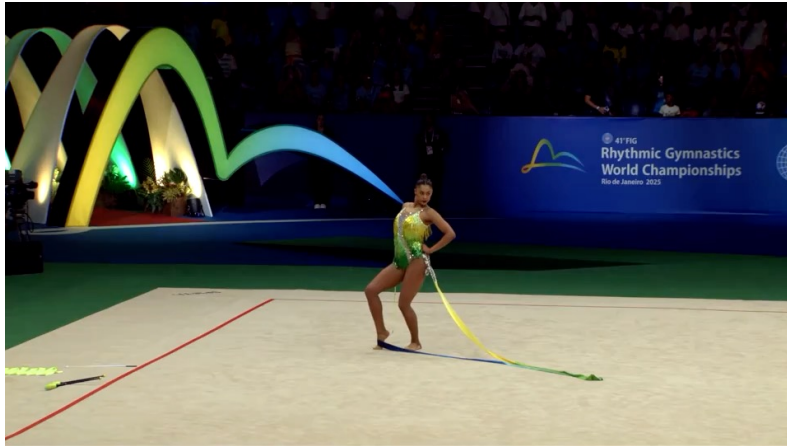
そして...

硬直／無表情／集中した表情を見せる瞬間は4回未満

**この選手の芸術的パフォーマンスには、
よく発達した2つのパーツと、硬直／無表情／集中した表情の瞬間が3回あった。**



表情



減点
0.30

2 パーツ（大部分は優先順位が低くても良い）

そして...

硬直／無表情／集中した表情を見せる瞬間は4回未満

この選手の芸術的パフォーマンスには、
よく発達した2つのパーツと、硬直／無表情／集中した表情の瞬間が5回あった。



表情



減点
0.30

2 パーツ（大部分は優先順位が低くても良い）

そして...

硬直／無表情／集中した表情を見せる瞬間は4回未満

**この選手の芸術的パフォーマンスには、
よく発達した2つのパーツと、硬直／無表情／集中した表情の瞬間が6回あった。**



ダンスステップコンビネーション



チェックしよう

ダンスの開始動作から**8秒間全てにおいて**ステップがはっきりと見えること

✓ 8秒間を通して**リズムを伴い調和**した動き

✓ 8秒間を通して**明確な特徴**

✓ **多様性と位置の変化**を伴う

最低2つの異なる種類のステップ
Sの一部は移動を伴って実施すること
Sの一部は立位姿勢で実施すること

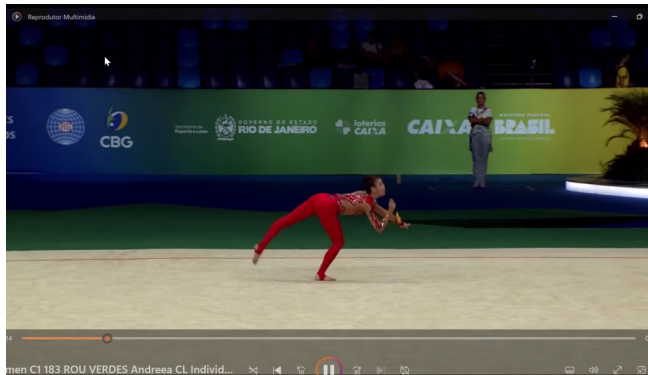
✓ **プレアクロバット要素、高い投げ、DA、**価値が0.20点またはそれ以上の**DB**を含まない



- ・ 8秒間完全に満たす
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



- ・ 8秒間に満たない(7秒間のみ)
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



- ・ 8秒間完全に満たす
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



- ・ 8秒間に満たない(7秒間のみ)
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



- ・ 8秒間に満たない(5秒間のみ)
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



- ・ 8秒間完全に満たす
- ・ リズムを伴い調和した動き
- ・ 8秒間を通して明確な特徴
- ・ 多様性と位置の変化を伴う
- ・ プレアクロバット要素、高い投げ、DA、DBを含まない



ATTENTION

ステップ中に床上にある手具



ダンスステップ中に手具が床上で静止してもよいが、手具が4秒またはそれ以上静止している場合、そのSはカウントされず、実施減点(0.30)が適応される





ダイナミックチェンジを思い出して…



音楽の明確な変化を伴い、前後の要素との比較において

テンポ／強さの明確なコントラストとして実施される場合のみダイナミック

チェンジとして認識される。

個人での可能性

2ダイナミックチェンジ+ 0エフェクト

1ダイナミックチェンジ+ 1エフェクト

0ダイナミックチェンジ+ 2エフェクト



説明：

- 審判がダイナミックと判断した正確な秒数を表とビデオで提示する
- すべての可能性は、技術委員会(TC)によって分析された
- 緑色はTCがダイナミックチェンジだと判断した瞬間を示す



ダイナミックチェンジ



EXAMPLE
1

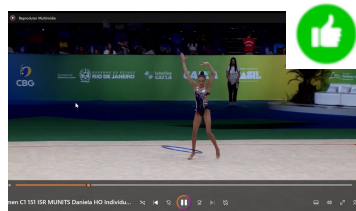
	1	2
a	Not	1:31
b	1:19	1:30
c	Not	Not
d	1:08	Not
e	0:41	Not



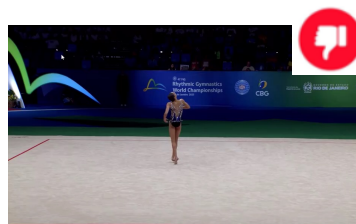
1名の審判員は2回のダイナミックチェンジを認識
4名の審判員は1回のダイナミックチェンジを認識

技術委員会(TC)は1回のダイナミックチェンジを認識

RHYTHMIC GYMNASTICS



0:19



0:42



1:08



1:19



1:30



ダイナミックチェンジ



EXAMPLE
2

	1	2
a	0:32	Not
b	0:30	1:15
c	Not	Not
d	0:45	1:20
e	0:29	not

2名の審判員は2回のダイナミックチェンジを認識
2名の審判員は1回のダイナミックチェンジを認識
1名の審判員はダイナミックチェンジを認識せず
技術委員会(TC)は1回のダイナミックチェンジを認識



0:32



0:45



1:15-1:20



ダイナミックチェンジ



EXAMPLE

3

	1	2
a	not	1:30
b	0:41	1:07
c	not	Not
d	0:19	Not
e	not	not

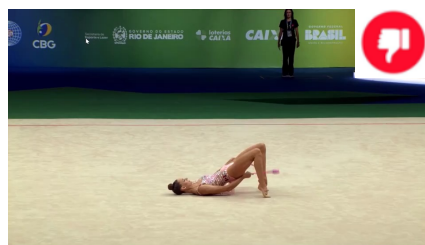
1名の審判員は2回のダイナミックチェンジを認識
 2名の審判員は1回のダイナミックチェンジを認識
 2名の審判員はダイナミックチェンジを認識せず
技術委員会(TC)は1回のダイナミックチェンジを認識



RHYTHMIC GYMNASTICS



0:19



0:41



0:55-1:15



1:27-1:30



ダイナミックチェンジ



EXAMPLE

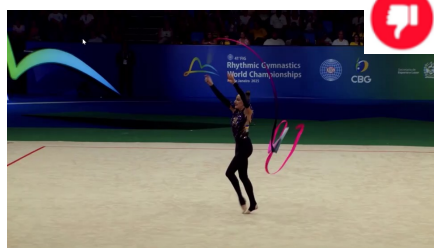
4

	1	2
a	not	not
b	0:34	Not
c	1:02	1:19
d	1:02	1:28
e	not	1:26

2名の審判員は2回のダイナミックチェンジを認識
 2名の審判員は1回のダイナミックチェンジを認識
 1名の審判員はダイナミックチェンジを認識せず
 技術委員会(TC)は1回のダイナミックチェンジを認識



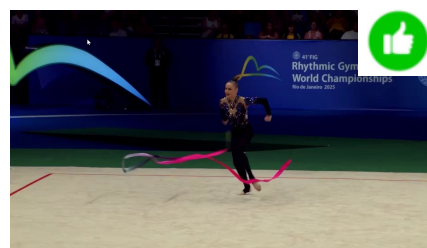
RHYTHMIC GYMNASTICS



0:34



1:02



1:19



1:26





空間の使用



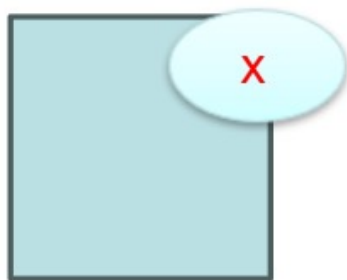
忘れずにチェックしよう！！

9.2.1. フロア面の不十分な使用（フロアの全てのエリアを移動しない）として、0.30点の減点となる。

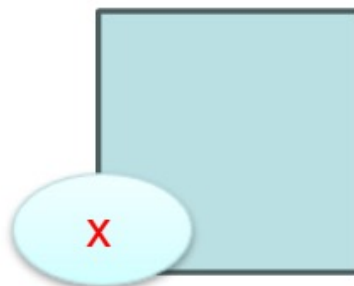
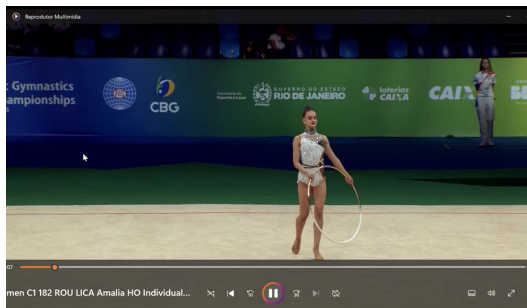
		
<p>9.2.1.A: フロア面のエリアは 灰色で示される</p>	<p>9.2.1.B: 全てのエリアを使用した： 減点なし</p>	<p>9.2.1.C: 右前のエリアを使用していない： 0.30減点</p>



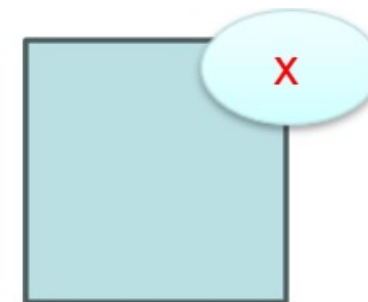
空間の使用



-0,30
3名の審判員が減点



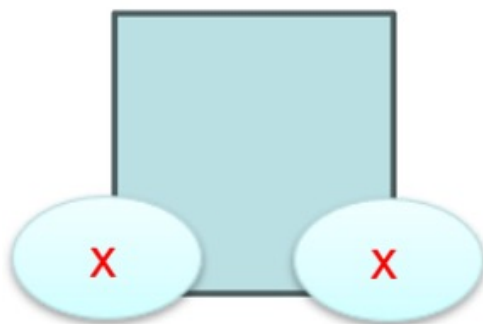
-0,30
2名の審判員が減点



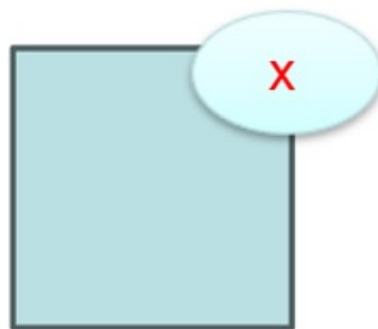
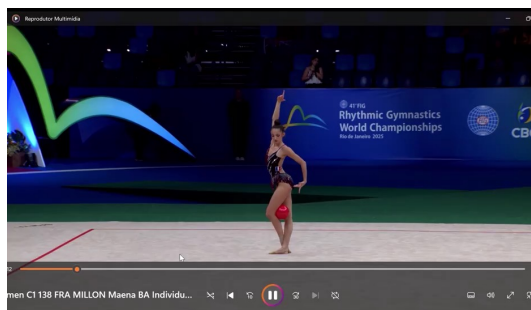
-0,30
1名の審判員が減点



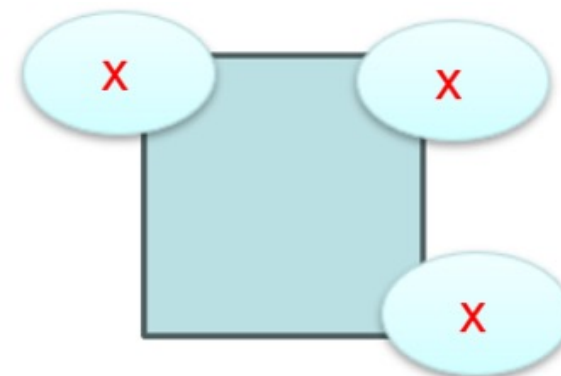
空間の使用



-0,30
2名の審判員が減点



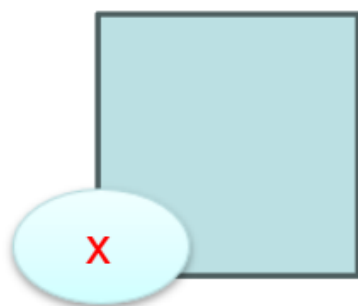
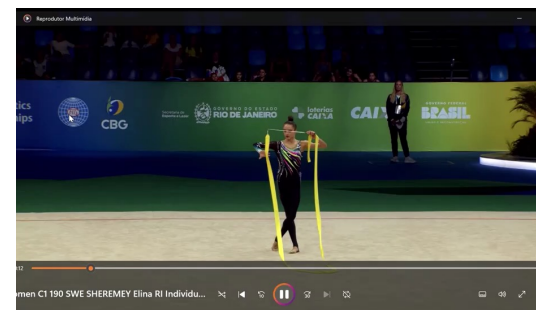
-0,30
1名の審判員が減点



-0,30
3名の審判員が減点

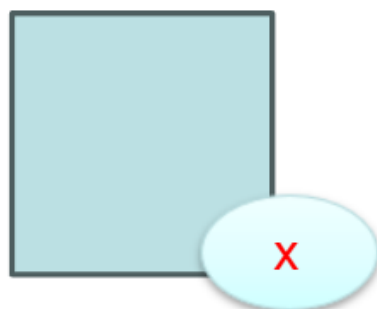


空間の使用



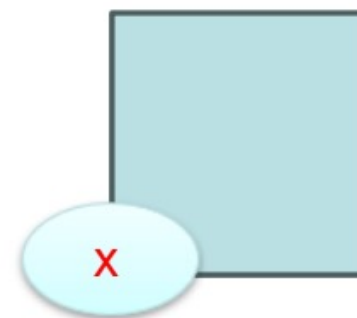
-0,30

1名の審判員が減点



-0,30

1名の審判員が減点

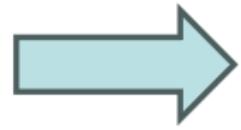


-0,30

1名の審判員が減点



つながりとリズム



非論理的なつながりは、そのつど0.10点、最大2.00までの減点となる。

全ての
演技!!



アクセントまたはフレーズの変化とは別に実施された、または音楽によって確立されたテンポから逸脱した動きは、そのつど0.10点、最大2.00点までの減点となる

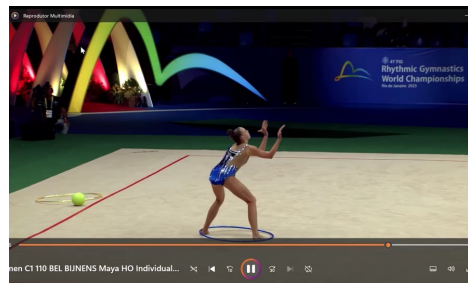
注意：ダンスS中にもリズム減点を適応できる



連続性の中断 × リズム



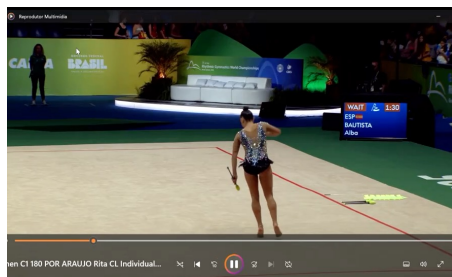
連続性の中断
0.60
(3名の審判員が0.60の減点を与えた)



連続性中断
0.60
(2名の審判員が0.60の減点を与えた)



リズム = 0.30
(1名の審判員が0.60の減点を与えた)



リズム = 0.30
(1名の審判員が0.60の減点を与えた)



リズム = 0.30
⊕
リズム = 0.30
(1名の審判員が0.60の減点を与えた)



連続性中断
0.60
(3名の審判員が0.60の減点を与えた)
(不注意による手具の巻きつきを解く)



音楽



これらの重要な要素をチェックすることを忘れないで！

音楽のイントロダクション	4秒またはそれ以上のイントロダクション
音楽規範	ルールに従わない音楽

減点
0.30



芸術 × 実施



芸術性パフォーマンスとは、動きまたはタイミングを調整することなどにより、特定の瞬間における選手による構成の披露または実施することである

技術におけるパフォーマンスは、各要素が美しさとミスのない技術的完成度を伴って実施する必要がある

注意：これらは同じことではありません！



実施



誤差の評価



1.5

- ・小さいミス **0.10点**
完全な実施からの小さなまたはわずかな誤差
- ・中くらいのミス **0.30点**
完全な実施からの明らかなまたは重大な誤差
- ・大きいミス **0.50点**またはそれ以上
完全な実施からの大きなまたは逸脱した誤差

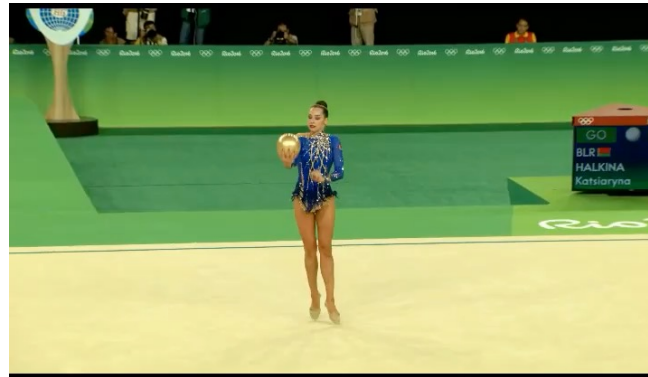
1.6. 実施減点は各要素に対し、毎回減点すること。



ジャンプターンの胴の誤差



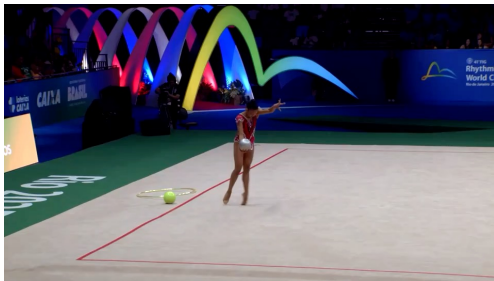
0.50減点 胴の大きな誤差



減点なし 胴の誤差なし



0.30減点 0.30減点



減点なし 胴の誤差なし



減点なし 胴の誤差なし



減点なし 0.10減点 0.30減点



0.50減点 0.30減点 0.30減点



身体の動きに対する減点



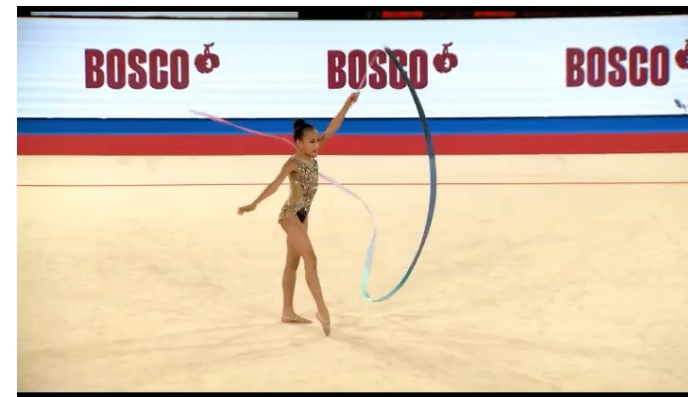
2.1.1. “動作中の身体部位の不正確な保持”の場合、“不正確な各部位”に**1度減点**され、減点は“そのつど”。以下の通り:

2.1.1.1. 身体の両サイドの同じ部位:

- ・両膝が同時に曲がる: “膝”に対して**1度0.10減点**
- ・つま先が同時に伸びていない: “つま先”に対して**1度0.10減点**



0.10減点 つま先に対して



0.10減点 つま先に対して
0.10減点 非対称な肩の位置
(+**0.10減点** リボンの不正確な操作
+ **0.30減点** 移動を伴う不正確な動き)



2.1.1.4.ローテーション（身体の動き）



垂直軸回転のシリーズ
（つま先） **0.10減点**

（+不正確な軌道と3-4歩移動して空中で受ける **0.30減点**



プレアクロバット要素のシリーズ
（各プレアクロバット要素のつま先）
=0.30減点

（+手具を喪失して移動せずに取り戻す **0.50減点**



前方回転の各回転で膝とつま先が不正確
0.10減点+0.10減点



2.1.4.フェットテバランスの誤差と不正確な部位



フェットテバランスは**1つのDB**：
DBの最も誤差がある形のみが減点されるが、
各形はいくつかの誤差で減点されることもある。

0.10減点 膝に対して
0.10減点 つま先に対して
(+ホップ **0.10減点**)



ジャンプ/リープ



0.10減点 スウィングテクニックを伴う
（“シーソーの動き”）

0.30減点 不正確な着地
（胴の誤差-0.50減点）

2.1.5. スウィングテクニックを伴うジャンプ/リープ：

ジャンプ/リープには踏み切り、空中、着地の**3つ**の局面がある。

選手は、**2つ**の異なる形を見せるのではなく、ジャンプ/リープの最大限の可能性（要求される形）を空中での最高地点にて発揮すること。この必須条件が満たされない場合、“スウィングテクニック（シーソーの動き）”の減点が適用される。



身体難度（ジャンプ/リープ）



- 0.10減点 不正確な膝
- 0.10減点 不正確なつま先
- 0.10減点 スウィングテクニックを伴うリープ（“シーソーの動き”）



- 0.30減点 胸の中くらいの誤差
- 0.10減点 不正確なつま先



- 0.50減点 胸の大きな誤差



- 0.10減点 開脚度の小さな誤差
- 0.10減点 不正確な肘



- 誤差を伴う不正確な形（胸 0.50減点、前脚が最大まで曲がっていない 0.30減点、不正確な着地 0.30減点、各不正確な身体部位ごとに 0.10減点）



- 誤差を伴う不正確な形（前脚が最大まで曲がっていない 0.50減点、不正確な着地 0.30減点、各不正確な身体部位ごとに 0.20減点）



身体難度 (バランス)



0.10減点 膝
0.10減点 肩の非対称な位置
(+0.1減点 リボンの不正確な操作)



0.30減点 胴の誤差
0.30減点 移動して余分な動きを入れる



0.50減点 胴の誤差
0.10減点 つま先
0.10減点 膝
0.30減点 形の保持がない
(10.7. 胴の後屈を伴う全てのバランス難度は、頭が脚に接触すること。脚のいずれかの部分と接触していなければならない。)



0.50減点 胴の大きな誤差



0.30減点 胴の誤差
0.30減点 形の保持がない
0.30減点 移動して余分な動きを入れる



0.10減点 胴の非対称位置
0.30減点 追加のステップを伴う軸の喪失



身体難度（ローテーション）



0.10減点 肩の非対称な位置
0.30減点 終了時の追加のステップを伴う軸の喪失



0.30減点 胴の中くらいの誤差
0.30減点 追加のステップを伴う軸の喪失



0.30減点 追加のステップを伴う軸の喪失
0.30減点 身体難度中に上げられた脚の不正確な保持



0.10減点 胴の小さな誤差
0.30減点 終了時の追加のステップを伴う軸の喪失



0.50減点 大きな誤差を伴う不正確な形
サクラ：動脚のつま先はリングポジションで、接触が要求される



0.50減点 大きな誤差を伴う不正確な形
0.10減点 コントロールされていない腕の位置
0.10減点 つま先



バランス



2.1.6. バランス難度中に次のような欠点が発生した場合：

最低1秒間の形の保持がなく、追加のステップを伴って軸を失う：

0.30減点+0.30減点

0.30減点 形の保持がない

0.30減点 追加のステップ



ローテーション



2.1.7. 同じローテーション難度では、選手はスライドまたはバランスの喪失のいずれかで1度のみ減点され、たとえ異なる瞬間に異なる技術的欠点があった場合でも同様である：

開始近くでのスライド、中間でのホップを伴うバランスの喪失、終了時の追加のステップを伴う軸の喪失があった場合＝**合計0.30減点**

0.30減点 スライド、ホップ、追加のステップ



明確な実施減点



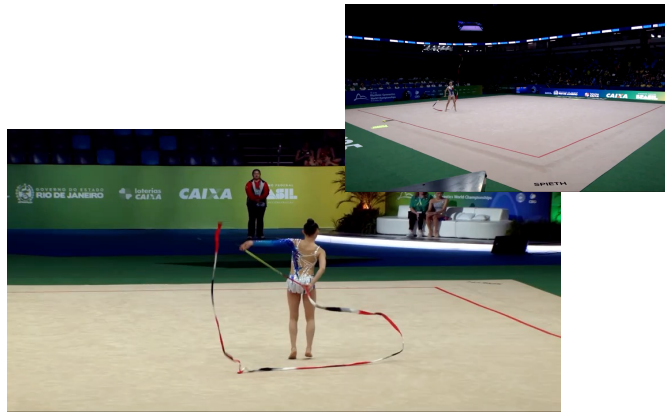
0.70減点 転ぶ



0.70減点 手具を喪失して1-2歩の移動の後に取り戻す



0.50減点 中くらい/大きな結び



0.30減点 リボンの一部が床に残る
リボンをキャッチしたとき 0.10減点
(スティックが床に触れる前にキャッチされた)



1.00減点 落下 (最も遠いクラブの位置) フロア外



0.50減点 中断ありで身体の一部にリボンが巻き付く



1.00減点 演技終了時の落下



**WE ARE
GYMNASTICS!**
GYMNASTICS.SPORT