



公益財団法人 日本体操協会

2025-2028
全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会
特別ルール

大会名称（呼称）

- － 全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会: 全日本ジュニア選手権
- － 全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会 予選会: 全日本ジュニア予選会

1. 競技実施カテゴリーについて

- 1.1. 個人競技、シンクロナイズド競技、団体競技のすべては、以下のカテゴリーにて競技を実施する
- － 小学生低学年 (小学 1 年生～3 年生)
 - － 小学生高学年 (小学 4 年生～6 年生)
 - － 中学生 (中学 1 年生～3 年生)

2. 競技ルールについて

- 2.1. 当該年制定の「公益財団法人日本体操協会 トランポリン採点規則」に則り競技を行う
- 2.2. 全日本ジュニア選手権ルールにて制定されている特別ルールがある場合、それに則り競技を行う
- 2.3. 個人競技においては、各カテゴリーとも「第 1 自由演技」と「第 2 自由演技」の 2 本を実施し、それらの合計を予選得点として、男女それぞれ上位 8 名が決勝に進出する (予選 2 は実施しない)
- 2.4. シンクロナイズド競技においては、各カテゴリーとも「自由演技」1 本を実施して予選得点とし、男女それぞれ 8 ペアが決勝に進出する (予選 2 は実施しない)
- 2.4.1. シンクロナイズドのペアは、当大会に出場するための予選を通過した選手同士のみでペアが構成される
- 2.4.2. シンクロナイズドのペアで、カテゴリーが違う選手同士のペアの場合は、年齢が高い方のカテゴリーにて競う
- 2.5. 団体競技については、各カテゴリー男女別で、最低 3 名、最高 4 名で構成される
- 2.5.1. 団体競技は、個人競技予選「第 1 自由演技の上位 3 名」「第 2 自由演技の上位 3 名」の得点を合計して競う。決勝演技は実施しない
- 2.6. シンクロナイズドのペア、団体競技のメンバー変更については、監督会議 30 分前までに「変更届」を提出しなければならない

3. 難度制限・禁止技について

- 3.1. 個人競技、シンクロナイズド競技とも、下記の 1 種目あたりの難度制限を設ける。制限を超えた場合は上限でカットして難度点を計算する

小学生低学年	小学生高学年	中学生
1.3	1.7	2.1

- 3.1.1. 小学生高学年以下は 3 回宙返り、またすべてのカテゴリーを通じて 4 回宙返りを禁止とする。実施した場合は失格とする
- 3.2. すべてのカテゴリーにおいて、以下の技は種目として認めない。実施した場合はその時点で不完全な種目を実施したとみなし中断とする
- ① 膝落ち
 - ② 四つん這い

4. 第1自由演技について

4.1. 各カテゴリーに示した「特別要求」に基づいて「第1自由演技」を構成する

小学生低学年 (小学1年生～3年生)

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。うち宙返りではない種目の制限を設けないが、1つの種目で複数の特別要求を満たすことはできない。

- ① 360°以上の宙返り種目において、最低3つの姿勢（タック/パイク/ストレート）を実施し、少なくとも前方、後方の種目それぞれ1回以上実施すること（前方・後方のみは認めない）
- ② 背または腹で着床する種目を実施すること
- ③ 宙返り種目でなくても最低180°以上の捻りを加えた種目を実施すること

小学生高学年 (小学4年生～6年生)

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3種目は270°未満の宙返り種目を含むことができる。1つの種目で複数の特別要求を満たすことが出来る。

- ① 360°以上の宙返り種目において、最低3つの姿勢（タック/パイク/ストレート）を実施し、少なくとも前方、後方の種目それぞれ1回以上実施すること（前方・後方のみは認めない）
 - ② 背で着床する種目
 - ③ 腹で着床する種目
 - ④ 360°以上の宙返り、かつ180°以上のひねりを伴う種目
- ※ ②、③は270°未満の種目制限の対象外とし、90°または180°の回転から着床する種目を実施できる

中学生 (中学1年生～3年生)

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°未満の宙返り種目を含むことができる。1つの種目で複数の特別要求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270°以上の宙返り種目
 - ③ 360°の宙返り、かつ360°以上のひねりを伴う種目
- ※ ①は270°未満の種目制限の対象外とし、90°または180°の回転から着床する種目を実施できる

4.2. 競技カードには、特別要求を満たす種目にアスタリスク (*) を記入し、1つの種目で複数の特別要求を満たす場合にはアスタリスクを2つ (**) 記入する

4.2.1. 第1自由演技という性質から、競技カードに記載した演技順、技が変更となっても中断とはならない。ただし、特別要求を満たしていない場合は「[5.1.](#)」の通り減点する

4.3. 各カテゴリーの特別要求を満たす構成例については巻末の「[附録](#)」に記載する

4.4. 原則、オリンピックサイクルにて、世界体操連盟 (FIG) が発表するルール変更を基に検討するが、日本国内のジュニア選手の状況も鑑み、2年に一度トランポリン強化本部にて特別要求の見直しを検討し、追加・変更の可能性を持つ

5. 特別要求に対する減点について

5.1. 特別要求が満たされなかった場合、1 種目ごとにペナルティーとして 2.0 の減点を行う

6. タイ・ブレイクについて

6.1. 個人競技

6.1.1. 予選は“第 2 自由演技”を次のタイ・ブレイク順序に従って順位を確定する

1. T スコアの高い選手
2. H スコアの高い選手
3. D スコア の高い選手

6.1.2. 決勝のタイ・ブレイクは行わない

6.2. シンクロナイズド競技

6.2.1. 予選は“自由演技”を次のタイ・ブレイク順序に従って順位を確定する

1. S スコアの高いペア
2. H スコアの高いペア
3. D スコア の高いペア

6.2.2. 決勝のタイ・ブレイクは行わない

6.3. 団体競技

6.3.1. 予選第 2 自由演技の上位 3 名の得点合計を対象に、6.1.1 に従って順位を確定する

6.3.2. 6.3.1 で同点があっても、それ以上のタイ・ブレイクは行わない

7. 全日本ジュニア予選会について

7.1. 予選の内容については、当該年に掲載される「全日本ジュニア予選会」の要項で告知する

7.2. 次年度の予選方法については、当該年の予選方法と同様の場合は特に告知しない。ただし、予選方法に変更の可能性がある場合は、当該年の大会にてその旨を告知し、当該年 12 月末までに発表するものとする

7.3. 予選方法の内容に関わらず、各カテゴリーの参加上限は各カテゴリーとも、男女それぞれ上位 50 名とする

7.4. 各カテゴリーで参加人数が定員割れの場合は、参加人数の下位 10%を予選敗退とし、少数点以下は切り上げる (例: 32 名の場合、 $32 \times 0.1 = 3.2 \rightarrow$ 少数点を切り上げて 4 名を予選敗退とする)

2026/07/13	Ver. 1.3	現行の WG ルールに従い「6.タイ・ブレイクについて」を修正
2025/01/01	Ver. 1.2	施行
2024/11/01	Ver. 1.1	修正版発行
2024/09/30	Ver. 1.0	原案発行

*WG: World Gymnastics

－ 附 録 －

第 1 自由演技の特別要求における構成例

- ✓ 下記、構成例の種目名は理解しやすいよう「口語」で記載しているが、大会ではヌーメリック、および英語表記にて記載する
- ✓ 競技カードには、特別要求を満たす種目にアスタリスク（*）を記入し、1 つの種目で複数の特別要求を満たす場合にはアスタリスクを 2 つ（**）記入する（特別要求を複数兼ねることが出来るカテゴリーは「小学生高学年」のみ）

小学生低学年

個人競技

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1	*	レイアウトバック	宙返りでストレート姿勢の要求
2		ストラドルバウンス	270°未満の種目①
3	*	タックバック	宙返りでタック姿勢の要求
4		シート	270°未満の種目②
5	*	フロントドロップ	背または腹で着床する種目
6		スタンド	270°未満の種目③
7	*	ハーフピルエット	180° 捻りの要求
8		フルピルエット	270°未満の種目④
9		タックバウンス	270°未満の種目⑤
10	*	パイク前宙	宙返りでパイク姿勢要求

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1	*	レイアウトバック	宙返りでストレート姿勢の要求
2		ストラドルバウンス	270°未満の種目①
3	*	1/2 フロントドロップ	背または腹で着床する種目 ※腹と180°捻りの要求は同時に満たせない
4		ターンテーブル	270°未満の種目②
5		スタンド	270°未満の種目③
6	*	ハーフピルエット	180° 捻りの要求
7		フルピルエット	270°未満の種目④
8		タックバウンス	270°未満の種目⑤
9	*	タックバック	宙返りでタック姿勢の要求
10	*	パイク前宙	宙返りでパイク姿勢の要求

小学生高学年

個人競技

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1	*	フロントドロップ	腹の要求 ※スタンドから90° だが、270°未満の種目制限対象外
2		スタンド	270°未満の種目①
3		ストラドルバウンス	270°未満の種目②
4	*	レイアウトバック	宙返りでストレート姿勢の要求
5	**	タックバラニー	360°以上の宙返り180°捻りの要求 ※タック姿勢の要求を満たす
6		タックバック	宙返りでタック姿勢の要求 ※5で姿勢の要求を満たしている
7		タックバウンス	270°未満の種目③
8	*	バックドロップ	背の要求 ※スタンドから90° だが、270°未満の種目制限対象外
9		プルオーバー	270°以上の宙返り
10	*	パイク前宙	宙返りでパイク姿勢の要求

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1	*	レイアウトバック	宙返りでストレート姿勢の要求
2	**	タックバラニー	360°以上の宙返り180°捻りの要求 ※タック姿勢の要求を満たす
3	*	パイクバック	宙返りでパイク姿勢の要求
4		ストラドルバウンス	270°未満の種目①
5	*	フロントドロップ	腹の要求 ※スタンドから90° だが、270°未満の種目制限対象外
6	*	バックドロップ	背の要求 ※腹から180° だが、270°未満の種目制限対象外
7		スタンド	270°未満の種目②
8		タックバウンス	270°未満の種目③
9		タックバック	宙返りでタック姿勢の要求 ※2で要求を満たしている
10		パイク前宙	宙返りでタック姿勢の要求 ※3で要求を満たしている

中学生

個人競技

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1	*	フルツイスト	360° 宙返り、360°以上の捻り要求
2		バラニー	
3		レイアウトバック	
4		タックバウンス	270°未満の種目①
5		タックバック	
6		バラニー	
7		ストラドルバウンス	270°未満の種目②
8	*	バックドロップ	背か腹の要求 ※スタンドから90° だが、270°未満の種目制限対象外
9	*	プルオーバー	背か腹からの270°以上の宙返り要求
10		パイク前宙	

例) 第1自由演技

		種 目	内 容
1		タックアウト	
2		タックバック	
3		バラニー	
4	*	フルツイスト	360° 宙返り、360°以上の捻り要求
5		バラニー	
6		レイアウトバック	
7		バラニー	
8		ストラドルバウンス	270°未満の種目①
9	*	3/4 バック	背か腹の要求
10	*	コディー	背か腹からの270° 以上の宙返り要求