

## 令和6年度 タンブリング 採点規則

### 1. 採点の方針

この種目は初心者向けとし、減点項目にばかり目を向けることなく、演技への選手の思いを鑑み評価を行う。

### 2. 適用競技会

相模原市民選手権大会

### 3. 演技の採点

要素 (1.8) + 構成 (1.5) + 実施 (6.0) + 加点 (0.7) = 10 点満点とする。

要素 (下記要素 1 つにつき、0.3 点)

- ①前方系 前転・開脚前転・伸膝前転・倒立前転・前方ブリッチ・転回・前宙
- ②後方系 後転・開脚後転・伸膝後転・後転倒立・後方ブリッチ・バク転・後宙
- ③側方系+支持系 側転・ロンダード・しんぴ倒立
- ④柔軟性 左右開脚座・前後開脚座・ブリッチ

**※6要素(6技)により演技を構成**

※同一技は、2回まで認められる。

※上記にない技も合理性のある技は、認める。

構成 (下記構成項目の 1 つにつき、0.3 点)

- ①前方系の技
- ②後方系の技
- ③側方系+支持系の技
- ④柔軟性を表現する技
- ⑤上記4つの要素をすべて配分すること。

実施

- ・姿勢の欠点→0.1・0.2・0.3
- ・転倒、停滞→0.3・0.4・0.5
- ・補助→0.1・0.2・0.3 (要素としては認める)
- ・演技時間の超過→0.2 (45秒を超えた場合)
- ・加点は、美しさ・雄大さ・柔軟性・表現力等を考慮し最大0.7まで。

### 4. その他

- ・演技面は、約12mを基準とするが主催者の準備する器具を使用する。
- ・方向転換の方法は自由とする。
- ・1つの技で2つの要素、構成を満たすことはできない。

## 令和6年度 とび箱 採点規則

### 1. 採点の方針

この種目は初心者向けとし、減点項目にばかり目を向けることなく、演技への選手の思いを鑑み評価を行う。

### 2. 適用競技会

相模原市民選手権大会

### 3. 演技の採点

跳躍技の価値点

台上前転	8.5
開脚とび	9.0
閉脚とび	9.0
転回とび	9.5
側転とび	9.5

※ひねりを加えても価値点の変化ない。

加点（0.5まで）

姿勢の美しさ・着地の安定感・スピードのある助走・雄大性

実施（減点項目）

- ・姿勢の欠点→0.1・0.2・0.3
- ・転倒、停滞→0.3・0.4・0.5
- ・補助→0.1・0.2・0.3（要素としては認める）

### 4. 器具のサイズ

- ・とび箱の向き・高さは自由とする。
- ・8段—約100cm（長さ80cm×幅35cm）
- ・踏切板は、ロイター式を使用。

### 5. その他

- ・着地面は、マット等を使用する場合がある。
- ・着地用のソフトマットは、原則使用禁止とする。