

【とび箱】

〈跳躍技〉

前転とび

	減点項目	0.1	0.2	0.3	0.5
助走・踏み切り	スピード感に欠ける	×	×		
	不正確な踏み切り姿勢	×	×		
第1空中局面	腰角度	×	×		
	身体の反り	×	×		
	膝の曲がり	×	×	×	
	脚または膝の開き	×	×		
支持局面	着手のずれ	×	×		
	肩角度	×	×		
	腕の曲がり	×	×	×	
	身体の過度な反り	×	×	×	
	腰の曲がり	×	×	×	
第2空中局面	過度なスナップ	×	×		
	高さが不十分	×	×		
	脚または膝の開き	×	×	×	
	膝の曲がり	×	×	×	
	腰の曲がり	×	×		
	身体の反り	×	×	×	
	着き上がりに欠ける	×	×		
距離	距離が不十分	×	×		
着地	跳箱からの落下				×
	転ぶ・地面に手を着く				×
	直線上からの外れ	×			
	余分なステップ・とび	各×			
	大きなステップ・とび (肩幅より大幅)		×		
全体として	スピード・迫力に欠ける	×	×	×	

〈加点要素〉 各 $0.1 \times 6 = 0.6$

- ・着地が止まる
- ・助走のスピードがある
- ・勢いや迫力のあるロイター板の踏み切り
- ・膝やつま先のゆるみが無い美しい体線での実施
- ・高さ (突き上がり) と飛距離のある跳躍
- ・元気のいい返事・挨拶

〈器具寸度〉 中型跳箱 6段横向き (100 cm)

〈一般規則〉

- ・選手は、2回の決められた跳躍を実施しなければならない
- ・選手が跳躍板および跳馬に触れなかった場合、助走は3回まで許される
- ・決められた跳躍を2本実施し、高い得点の方を決定点とする
- ・やむを得ず補助者が身体に触れてのサポートを実施した場合、-0.5 の減点と実施減点
- ・9.40満点 (加点0.6まで) からの減点方式で得点決定
- ・停止、転倒の最大減点は -0.5 の減点とする
- ・要素を変更した場合、-1.0 の減点となる

【鉄棒】

規定演技	配点 (9. 40)	減点項目	0.1	0.2	0.3	0.5
①助走からけ上がり	2.0	膝の曲がり	×	×	×	
		脚または膝の開き	×	×		
		終了時の支持の安定に欠ける	×	×		
		前方支持回転への停滞	×	×		
②前方支持回転	2.0	脚または膝の開き	×	×		
		終了時の支持の安定に欠ける	×	×	×	
		回りすぎている	×	×	×	
③後方振り上げ	1.4	水平以下	×	×		
		水平以上	減点なし			
		腕の曲がり	×	×		
		身体の過度な反り	×	×		
		脚または膝の開き	×	×		
		膝の曲がり	×	×	×	
④ともえ	2.0	脚または膝の開き	×	×	×	
		膝の曲がり	×	×	×	
		身体が棒に触れるまたはかする	×	×	×	
		腕の曲がり	×	×	×	
		終了時の支持の安定に欠ける	×	×	×	
⑤ともえ振り出し下り	2.0	脚または膝の開き	×	×		
		膝の曲がり	×	×	×	
		とびだしの大きさに欠ける	×	×	×	
着地	0.0	直線上からの外れ	×			
		余分なステップ・とび	各×			
		大きなステップ・とび（肩幅より大幅）		×		
全体として	0.0	リズム・スピード・迫力に欠ける	×	×	×	

〈加点要素〉 各 0.1×6 つ = 0.6

- ・膝やつま先のゆるみが無い美しい体線での実施
- ・全て伸膝での実施
- ・後方振り上げが45度以上上がる
- ・スイングを最大限に使った動きの大きさがみられる実施
- ・着地が止まる
- ・元気のいい返事・挨拶

〈器具寸度〉 高さ 160 cm

- 〈一般規則〉
- ・やむを得ず補助者が身体に触れてのサポートを実施した場合、-0.5の減点と実施減点
 - ・身長等による理由で台を設置する場合は、主任審判に確認して使用すること。
 - ・け上がりを行う際の数歩の助走は実施減点なく認められる。
 - ・9.40満点（加点0.6まで）からの減点方式で得点決定
 - ・落下、転倒の最大減点は-0.5の減点とする