

2021年11月28日

## 体操競技男子 2022年版採点規則情報

(公財)日本体操協会審判委員会  
体操競技男子審判本部

現在、国際体操連盟（FIG）による2022-2024年版 Code of Points（採点規則）は複数の協議を重ね、確定版の公開にむけ、準備を進めているとのことです。

FIG ホームページに掲載されているドラフト版は、英語（EN）、フランス語（FR）、スペイン語（ES）、ドイツ語（DE）、ロシア語（RU）の5か国語で対応し、それぞれ公表しています。しかし、これらの掲載内容を照らし合わせると、複数箇所で見られています。現時点では、スペイン語（ES）版が新情報に対応できていることから、ドラフト版を確認される場合は、スペイン語（ES）版を参照するようにして下さい。なお、全ての言語で英語表記は並列で掲載されています。

以下、ドラフト・スペイン語（ES）版の URL：

[https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/es\\_MAG%20CoP%202022-2024.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/es_MAG%20CoP%202022-2024.pdf)

本情報では、現時点で確認が取れている変更箇所、2017年版以降で追記された（既に通知された）内容の内、国内競技会に直結する箇所を抜粋し、掲載いたします。

次年度に向けた演技構成の作成にお役立ていただきたいと思います。

なお、技名の表記のうち認知度が高い選手名の技や同系統の技は、正式名称にかえて表記しました。不明な場合は体操競技情報 29号等にてご確認をお願いします。

確定版は12月中には発行されると推測されます。確定版において本情報の掲載内容が変更、修正される可能性も考えられますことをご承知おきください。

### 1. 一般条項

#### 1) 器械について

① つり輪、跳馬、鉄棒の着地のために、20cmのマット上に必須として厚さ10cmの着地マットを使用すること。

→ つり輪を追加

② 鉄棒において、選手の身長に合わせて器械の高さを上げる要請をすること。

→ つり輪を削除

#### 2) ウォームアップ

① すべての演技（演技開始と演技終了）に関連する計測は、1秒単位で行われる。

#### 3) 選手の責務

① 落下の後、30秒以内に器械にもどること（計測は選手が立ち上がった時点で開始する）。その際選手は、回復を図る、マグネシウムをつける、コーチとの相談をすることができる。選手が故意に立ち上がることなく、落下の計測が始まるのを遅らせる行為（休息、プロテクターの調整、マグネシウムをコーチに準備させる、正当な理由なく競技を遅延させる）をとった場合は、2-4条e)の記述に基づき次の規則を適用があり得る。：「その他のふさわしくない行為-D1審判によって決定点から0.30減点」

② その他の不規律で不謹慎な態度をとらないこと。または他の参加者の権利を妨害しないこと。

例：ゆかの演技面にマグネシウムで印を付けること、演技の準備として器械の表面や一部を損なうこと、または跳躍板からバネを取り外すこと、あん馬や跳馬に霧吹きで水等をかけること。

これらは器械に関する違反であり、大欠点として0.50減点される。

- ③ 選手は、競技中の圧縮サポーターの着用は控えなければならない。プロテクターやバンデージ、リストガードは許可される。それらはしっかり固定され、安全な状態で装着し、演技の美しさを損なわないようにすること。バンデージは肌の色を推奨する。

4) 違反と罰則

器械に関する違反

マグネシウムの不適切な使用、器械を損なう、霧吹きで水等をかけることを含む (平行棒を除く)	D 1 審判によって決定点から 0.50 減点
--	----------------------------

5) 短い演技に対して


短い演技に対して、D 審判は決定点から所定のニュートラルディダクション (ND) を適用する。

技数	ニュートラルディダクション (ND)	
	シニア	ジュニア
10 技	0	
9 技	0	
8 技	0	0
7 技	3.0	0
6 技	4.0	0
5 技	5.0	3.0
4 技	6.0	4.0
3 技	7.0	5.0
2 技	8.0	6.0
1 技	9.0	7.0
0 技	10.0	10.0

6) 実施欠点と技術欠点の判定

いかなる理由でも難度の認められなかった力静止技からの押し上げ技は、(格上げされた)難度が認められない。押し上げた後の技が技術的要求を満たしていれば、その難度は認められる。

7) E 審判の減点項目

欠 点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
美的・実施欠点による減点			
あいまいな姿勢 (かかえ込み、屈身、伸身)	+	+	 削除
終末姿勢の姿勢不良、修正	+	+	 削除

8) 審判団について

- ① R 審判制度の廃止

- ② E 審判を 5 名から 7 名に

- ③ E スコアの算出方法について [※ \(新情報\) FIG 確認済み。](#)

7 人の E 審判の上下 2 得点ずつカットの 3 得点の平均とする。

## 2. ゆか

### 1) 演技実施について

- ① 演技時間は最大 **75** 秒であり、計時審判によって判定される。下限はない。  
計時審判は経過時間を示すため、**65** 秒と **75** 秒に音で合図する。計測は、選手の足が最初に動いたときから、終末技で着地をして両足をそろえた直立姿勢になるまでである。演技が **75** 秒を超えた場合、計時審判はD 1 審判に伝え、D 1 審判は相応する減点を決定点から差し引く。
- ② 選手はフロアエリア全体を使用しなければならない。アクロバット技に関しては、対角線を使用できる合計の回数に制限はない。ただし、**同じ対角線は 3 回を超えて連続使用することはできない**。選手が同じ対角線を 3 回続けて使用した場合、対角線先のコーナーとは別のコーナーに向かって、ゆかフロアの一辺（サイドライン）を使用しなければならない。  
加えて、選手はフロアエリアの各コーナーを使用しなければならない。使用しない場合、0.3 のニュートラルディダクションとなる。（終末のアクロバットシリーズが使用されていないコーナーに向かっている場合は、そのコーナーが使用されたという要件を満たす。）同一対角線を 4 回続けて使用した場合には、上記の要件に違反したこととなり一演技中に一度、0.3 のニュートラルディダクションを受ける。**※（新情報）FIG 確認済み。**
- ③ アクロバットシリーズなどの前に 2 秒以上停止してはならない。**2 秒の計測は選手が立った瞬間に始まり、単純な腕の動きなども停止時間に含まれる。**

### 2) Dスコアについて

- ① 2 回以上の宙返りは演技中に必要であり、カウントされる 10（ジュニアは 8）技に含まれていなければならない。
- ② すべての十字倒立は足を閉じなければならず、**頭部が床から手のひらの幅（握りこぶし 1 個分）以内にあること**を必要とする。
- ③ 力倒立技に持ち込む際、足が下がり床に触れた場合、価値が与えられない。しかし、倒立が認められた場合は倒立の価値が与えられる。
- ④ アクロバット技で部分的にかかえ込み姿勢にて実施した場合においても技の認定が下がることはない。  
例：前方伸身宙返り 2 回ひねりでは、2 回目のひねりでかかえ込み姿勢になった場合でも前方伸身宙返り 2 回ひねりの評価を得ることができるが、あいまいな姿勢（かかえ込み・屈身）として減点される。

### ⑤ 組合せについて

- ・組合せ加点を得るためには、**組合せに関わる技がカウントされる 10 技の中に入っていない**なければならない。
- ・**1 回宙返りの技が直接つながっていても、組合せの加点は与えられない**  
例：「後方伸身宙返り 5/2 ひねり」から「前方宙返り 1 回ひねり」  
→ **連続されるアクロバット技のいずれかは 2 回宙返り系の技であることが求められる。**

### 3) ゆか特有の減点

欠点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
演技時間が <b>75</b> 秒を超える	2秒まで	2秒を超え 5秒まで	5秒を超え
<b>同じ対角線を、3回を超えて連続使用する</b>		+ 演技につき一度	

4) ゆか難度表の変更等

番号	変更項目	変更内容
1	枠の統合、 難度変更	「前方かかえ込み2回宙返りひねり」が「前方かかえ込み2回宙返り」と統合し D 難度へ変更
2	枠の統合、 難度変更	「前方屈身2回宙返りひねり」が「前方屈身2回宙返り」と統合し E 難度へ変更
3	難度変更	「前方かかえ込み2回宙返り1回ひねり」が E 難度へ変更
4	難度変更	「前方かかえ込み2回宙返り 3/2 ひねり」が F 難度へ変更
5	枠の統合	「前方伸身宙返り」と「前方伸身宙返りひねり」が統合
6	枠の統合	「前方伸身宙返り1回ひねり」と 「前方伸身宙返り 3/2 ひねり」が統合
7	枠の統合	「後方伸身宙返り」と「テンが宙返り」が統合
8	枠の統合	「後方伸身宙返りひねり」と 「後方伸身宙返り1回ひねり」が統合
9	枠の統合	「後方伸身宙返り 3/2 ひねり」と 「後方伸身宙返り2回ひねり」が統合
10	追加	「後方屈身3回宙返り (ナゴルニー)」の追加 ( I 難度)
11	技の変更	「閉脚 (開脚) 旋回2回」が「1回」で A 難度に変更
12	削除	「後方倒立回転」・「背面支持臥から片足で蹴って倒立」の削除
13	削除	「ブレイクダンスの変形」の削除
14	削除	「前転から手を広げた開脚浮腰支持経過十字倒立」の削除
15	削除	「首 (頭) はね起きひねり倒立 (1回ひねり背面支持臥)」の削除
16	削除	「1回ひねり前転とび」の削除
17	削除	「前方伸身宙返り正面支持臥」の削除
18	削除	「片足踏み切り前方伸身宙返り」の削除
19	削除	「前方かかえ込み (屈身 or 伸身) 宙返り1回ひねり正面支持臥」の削除
20	削除	「後ろとびひねり前転とび」の削除
21	削除	「後ろとびひねり前方かかえ込み (屈身) 宙返り正面支持臥」の削除

### 3. あん馬

#### 1) 演技実施について

- ① ロシアン転向技は両足をそろえて実施しなければならない。脚を開いた場合は実施減点となる（9章4条参照）。また、ロシアン転向技は一転向毎に減点する。
- ② 単純な倒立下り、または横向き支持からの開始で 270°のひねりを含む終末技は、馬体の長軸方向に対して縦向きに、また着地の際は最後に支持した手の真横に下りなければならない。これらの要件が満たされていない場合は欠点とみなし、方向転換の問題に対して 0.3 の減点が発生する。

#### 2) Dスコアについて

- ① 他に記載されていない限り、すべての旋回技（移動技、ひねり技、転向技を含む）の開始と終了は正面支持である。（2017年版規則踏襲）
- ② 落下に関する規則をさらに簡素化するために、グループⅡおよびⅢのすべての技は、次の技（採点規則に掲載されている技）に続けなければならない。唯一の例外は、両足で旋回の入れ（入れ半円）後、片足で残りの半円（抜き半円）を終了し、その後に単純な足のスイングまたは交差技を続けることである。  
例：1つの把手：L、L、S、S（E 難度フロップ）を実施後、入れ半円ののち、片足で抜き半円につなげ、その後に単純な足の振りまたは交差技が続いた場合  
D 審判の対応：E 難度と価値のない技（またはE 難度と交差技）  
もしも転倒が発生した場合、部分的な難度は与えられない。次の技を開始した後に転倒した場合、前の技は認定される。
- ③ ショーンとベズゴは、両把手での支持から、片腕で 360°転向し、再び両把手での正面支持で終了する技である。両把手での正面支持で終了しない場合、これらの技は認定されない。
- ④ 後方移動技とウ・グォニアン系の技において、選手は馬端馬背の外向き背面支持から技を開始することができる。
- ⑤ 倒立の 3/3 移動で難度を格上げするためには（演技中でも終末技でも）、少なくとも片手の支持が両馬端部に達していなければならない。また、（開脚）旋回からの倒立技において、更にひねりを加えても難度の格上げはない。
- ⑥ 複合技  
i. フロップは、一把手上での横向き、または縦向き旋回（1/4 転向を伴っても）、シュテクリ A、シュテクリ B、一腕上上向き 270°転向（横向き～縦向き）（ベルトンチェリ）（図1）と一腕上下向き 270°転向（3/4 ベズコⅡ-81）（図2）の組み合わせによって構成される。

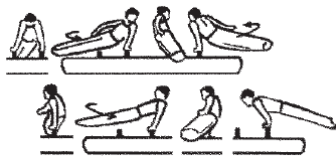


図1



図2

※ ベルトンチェリと 3/4 ベズコは連続の開始に使用できる。

- ii. コンバインは、一把手上旋回やシュテクリ A・シュテクリ B・ベルトンチェリと 3/4 ベズゴとロシアン（一把手上下向き転向）との組み合わせによって構成される。一把手上旋回やシュテクリ Bはロシアンの前後に（ベルトンチェリと 3/4 ベズゴはロシアンの前に）行うことができる。

R (ロシアン)		1 フロップ	2 フロップ	ベルトンチェリ or3/4 ベズゴ +フロップ
R180 or R270 (B)	+		D	E
R360 or R540 (C)	+	D	E	F
R720 or R900 (D)	+	E	F	G
R1080 (E)	+	F	G	H

⑦ 特別な繰り返し

i. 演技中、縦向きでの3部分(前/後ろ)移動は、2回まで認定される。この制約に該当する技は以下の8技に限定する。

- ・縦向き前移動 3/3 (馬端～把手～把手～馬端) (C : III - 39)
- ・マジヤール (D : III - 40)
- ・縦向き前移動 (両把手を越えて馬端～馬端) (E : III - 41)
- ・ドリッグス (F : III - 42)
- ・ピロゼルチェフ (C : III - 45)
- ・縦向き後ろ移動 3/3 (馬端～把手～把手～馬端) (C : III - 51)
- ・シバド (D : III - 52)
- ・クルバノフ (E : III - 53)

ii. ロシアン転向技は、終末技を含めて、演技中最大2回まで認めるものとする。あん馬においては、この特別な繰り返しは拡大解釈され、終末技を含む2つ目の馬端ロシアン転向技や、2つ目のあん部馬背ロシアン転向技は繰り返しとしてみなされる。以下にその例を示す：

- ・馬端ロシアン 1080°転向+馬端ロシアン 720°転向下り=難度なし+C 難度
- ・あん部馬背ロシアン 720°転向+あん部馬背ロシアン 1080°転向  
=難度なし+E 難度
- ・あん部馬背ロシアン 360°転向+馬端ロシアン 1080°転向+馬端ロシアン 360°転向下り  
=C 難度+難度なし+B 難度 (終末技を始めにカウントする)

iii. 移動を伴うロシアン転向技は、演技中2回まで認められる。この制約に該当する技は以下の7技に限定する。

- ・トンフェイ (D : III-70)
- ・下向き正転向移動(把手間の着手なしで逆馬端へ) (C : III-75)
- ・馬端横向き支持からロシアン 630°(以上)転向移動(3/3 部分) (D : III-76)
- ・ウ・グオニアン(E : III-77)
- ・クロル(C : III-81)
- ・ロス(D : III-82)
- ・バンメン(E : III-89)

iv. ひねりを伴う 3/3 部分移動技は、演技中最大2回まで認められる。この制約に該当する技は以下の4技に限定する。

- ・正面横移動ひねり、背面横移動ひねり(馬端～馬端) (E : III-23)
- ・ニンレイズ(D : III-28)
- ・ニンレイズ 2 (E : III-29)
- ・ウルジカ 2 (E : III-35)

v. シュピンドル(1回ひねり)技は、演技中2回まで認められる。この制約に該当する技は以下の6技に限定する。

- ・横向き旋回 1 回ひねり(D : II-28)
- ・アイヒホルン(E : II-29)

- ・ケイハ 1・ケイハ 5(F : II-30)
- ・縦向き旋回 1 回ひねり(D : II-34)
- ・あん部馬背縦向き旋回 1 回ひねり(E : II-35)
- ・ベルキ(E : II-41)
- vi. ベズゴタイプの技は、フロップやコンバイン、倒立技を含め、演技中最大 2 回まで認めるものとする。
- vii. ショーンタイプの技は、フロップやコンバイン、倒立技を含め、演技中最大 2 回まで認めるものとする。

### 3) あん馬特有の減点

E 審判

欠 点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
技で脚が開く	0～30°	31～60°	61～90°

### 4) あん馬難度表の変更等

番号	変更項目	変更内容
1	難度変更	「ドリッグス」が F 難度へ変更
2	枠の統合	「リーニン」と「ブライアン」が統合
3	枠の統合	「馬端縦向き旋回 1/4 ひねり横向き支持」と「馬端横向き旋回 1/4 ひねり縦向き支持」が統合
4	枠の統合	「馬端縦向き旋回ひねり」と「馬端横向き旋回ひねり」が統合
5	枠の統合	「ケイハ 1」と「ケイハ 5」が統合
6	枠の統合、 難度変更	「逆交差倒立」と「正交差 1/4 ひねり倒立 1/4 ひねり逆把手に片腕支持逆交差入れ」が統合し C 難度へ変更
7	枠の統合、 難度変更	「開脚旋回縦向き 3/3 前移動」が「マジヤール」と統合し D 難度へ変更
8	枠の統合、 難度変更	「開脚旋回縦向き 3/3 後ろ移動」が「シバド」と統合し D 難度へ変更
9	追加	「縦向き前移動（両把手を越えて馬端～馬端）」の追加（E 難度）
10	追加	「馬端横向き支持からロシアン 630°(以上)転向移動(3/3 部分)」の追加（D 難度）
11	削除	「(開脚)支持から後ろ抜き倒立、下ろして閉脚(開脚)旋回」の削除
12	削除	「セラスライ」と「セラスライ 2」の削除
13	削除	「(開脚) 旋回倒立、下ろして開脚支持」の削除
14	削除	「背面とび横移動倒立経過、下ろして開脚支持」の削除
15	削除	「下向き逆移動 (orDSA) 倒立経過、下ろして開脚支持」の削除
16	削除	「把手上上向きとび転向」の削除
17	削除	「下向きとび転向 (スイストゥーブル)」の削除

#### 4. つり輪

1) 輪の高さ 床面から **290cm** →**280cm** から変更

2) 演技実施について

① 選手は、直立姿勢から直接とびつくか補助を受けて、脚を閉じた正しい姿勢で懸垂しなければならない。また、最初の動きに移る際に、腕をまげてはならない。

注：器具にとびつく際や正しい姿勢で懸垂する際は腕をまげることができる。

② 選手は可能な限り腕を伸ばして演技を実施しなければならない。腕をまげて行うことができるものは、難度表に屈腕の記載がある技や、その他の技においてその技を適切に行うために必要な場合のみである。

③ 力静止技へ持ち込む際の振動や引き上げは、肩や体の位置が静止する最終姿勢の位置よりも上がってはならない。この減点は、最終的に静止する位置や姿勢に対する減点とは異なる。

例：後ろ振り上がり十字懸垂での肩の高さ  $25^{\circ}$ +静止姿勢での肩の高さ  $10^{\circ}$   
= 0.3 + 0.1 減点

3) Dスコアについて

① 基本的な静止姿勢である脚前挙支持と脚上挙支持は、異なる技とみなし、繰り返しには含まれない。すなわち、前振り上がり脚前挙支持と前振り上がり脚上挙支持を実施することができる。しかし、け上がり脚前挙支持と前振り上がり脚前挙支持というように、同一グループで2つ以上の同じ静止姿勢を実施することはできない。

② 力静止技において正しい姿勢から体や腕、脚の位置が  $45^{\circ}$  を超えて逸脱した場合は難度が認められない。例えば、肩の角度が  $45^{\circ}$  を超えた十字懸垂や、腰のまがり角が  $45^{\circ}$  を超えた水平支持などである。

③ ケーブルを交差した技やリーニン系（背面懸垂系）の技は認められず、実施した場合は構成上の欠点として0.3減点される。

4) 技の実施に関わる内容（DスコアとEスコア）

① ヤマワキやジョナサンタイプの技は肩が輪の高さ以上で動き続けなければならない。完全な支持や停滞が見られた場合は、振動技で力を使用したことによる0.5の減点であり、技は不認定となる。その場合、選手の意図とは異なるため、「ホンマ」と「支持後ろ振り前に回りながら懸垂」の2技に分割して難度を認めることはない。これらの技がゆっくりの状態で行われた場合、中欠点または小欠点を伴い、難度は認定される。

② 振動や引き上げからの力静止技において、最終静止姿勢よりも肩や体の位置が上がってはならない。最終静止姿勢からの逸脱が  $45^{\circ}$  を超える場合は、その価値は認められず、0.5の減点となる。その後、最終的な静止姿勢がみられた場合はその技は認められる。

例1：肩角度が  $45^{\circ}$  を超える高さから持ち込まれたホンマ十字懸垂は、0.5減点され、静止時間が満たされていれば十字懸垂のB難度が与えられる。

例2：肩角度が  $45^{\circ}$  を超える十字懸垂から中水平支持に引き上げた場合は、0.5減点され、静止時間が満たされている場合は中水平支持のD難度が与えられる。

③ 振動からの倒立や静止技において、最初の位置から脚が  $45^{\circ}$  以上上がった場合は、難度は認められず、0.5の減点となる。

④ 懸垂からの引き上げ技は、振動からの力静止技に分類されないように、腕と体を伸ばし、ゆっくりと実施しなければならない。腕や体のまげ伸ばしが  $45^{\circ}$  を超えていた場合、その価値は認められず0.5の減点となる。



- ⑤ 中水平支持は、水平な姿勢で体を完全に一直線にし、肩の中央と輪の下部分が一致するようにして実施しなければならない。腕は上半身に触れないように大きく広げる。腕が体に触れると0.1の減点であり、腕で体を支えると0.3の減点となる。
- ⑥ 肩の位置が完全に輪の上にある場合は、水平支持として認定される。体は完全にまっすぐ水平になっていなければならない。また、腕の位置を開いたり、手首を返したりしても、技の価値が高まることはない。
- ⑦ 力静止技から力静止技への引き上げを行う際には、体の明確な動き（体幹の前後径幅以上）が求められる。もし引き上げが完璧な静止位置から始まらなければ、その技は減点の対象となる。最小限の体の動きしかない場合は、最後の静止技の難度のみが認められる。  
例：背面水平懸垂から引き上げ中水平支持
- ⑧ け上がり系の技は、深い腰まげから始まり、その後に明確な振動を必要とする技である。例えば、後方け上がり中水平支持（2秒）において、最小限の腰のまげ伸ばしで実施された場合、振動ではなく力を使っていると判断し、減点の対象となる。
- ⑨ ゆっくりと回転して行う技（アザリアンなど）は、一貫してゆっくりとした回転かつ体を一直線にした姿勢で実施しなければならない。速い回転や姿勢の乱れは減点の対象となり、不認定となる場合もある。

5) つり輪特有の減点

D 審判（ニュートラルディダクション）

欠点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
2回を超えたグチョギーの技 削除		<del>+</del> <del>(不認定)</del>	

E 審判

欠点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
ヤマワキやジョナサンにおいて、回転が遅いまたは停滞、支持が見える	+	+	+(不認定)
力静止技または押し上げにおける腕のまがり	+	+	+
中水平支持において腕を体に触れたり支えたりする	+	+	
力技において振動を使う	+	+	

## 6) つり輪難度表の変更等

番号	変更項目	変更内容
1	難度変更	「開脚水平支持（2秒）」がA難度に変更
2	難度変更	「ほん転逆上がり開脚水平支持（2秒）」がB難度に変更
3	難度変更	「後ろ振り上がり開脚水平支持（2秒）」がB難度に変更
4	難度変更	「ほん転逆上がり十字倒立（2秒）」がE難度に変更
5	難度変更	「後ろ振り上がり十字倒立（2秒）」がE難度に変更
6	難度変更	「後方け上がり十字倒立（2秒）」がE難度に変更
7	難度変更	「ゆっくりと後方伸腕伸身逆上がり中水平支持（2秒）」がE難度に変更
8	枠の分化	「バランディン」と「バランディン3」が別枠に変更
9	枠の統合、 難度変更	「前方屈身（伸身）宙返りひねり下り」が 「前方屈身（伸身）宙返り下り」と統合しA難度に変更
10	枠の統合、 難度変更	「後方屈身（伸身）宙返りひねり下り」が 「後方屈身（伸身）宙返り下り」と統合しA難度に変更
11	枠の分化、 難度変更	「前方屈身（伸身）宙返り1回ひねり下り」がB難度に変更（3/2ひねりは変更無し）
12	削除	「背面懸垂前振り上がり支持前方回転振り出し懸垂後ろ振り（ショラニー）」の削除
13	削除	「懸垂（支持）後ろ振り出し、背面懸垂前振り上がり（リーニン・リーニン2）」の削除
14	削除	「前方屈身車輪倒立経過」の削除
15	削除	「支持後ろ振り前方かかえ込み宙返り支持」の削除
16	削除	「伸腕伸身正面水平懸垂経過十字倒立（2秒）」（ペトロウニアス）の削除
17	削除	「伸腕伸身正面水平懸垂経過十字懸垂（2秒）」（ピネダ）の削除
18	削除	「伸腕伸身正面水平懸垂経過脚上挙十字懸垂（2秒）」（ツカハラ2）の削除
19	削除	「伸腕伸身正面水平懸垂経過水平支持（2秒）」（ファム）の削除
20	削除	「伸腕伸身正面水平懸垂経過中水平支持（2秒）」（バブサー）の削除
21	削除	「脚前挙支持から伸腕屈身力十字倒立（2秒）」の削除
22	削除	「リーニン（リーニン2）から脚上挙十字懸垂2秒」の削除
23	削除	「リーニン（リーニン2）から十字（脚前挙十字）懸垂2秒」の削除
24	削除	「後方け上がり開脚水平支持（2秒）」の削除
25	削除	「後ろ振上がり後方かかえ込み宙返り下り（ケステ）」の削除
26	削除	「後ろ振り上がり後方屈身（伸身）宙返り下り」の削除
27	削除	「後ろ振り上がり後方伸身宙返り1回ひねり下り」の削除

## 5. 跳馬

### 1) Dスコアについて

- ① 選手は団体総合予選・決勝、個人総合決勝においては、1つの跳越技を実施する。種目別予選および決勝においては、異なった跳越グループの2つの跳越技を実施する。

- I. 1回以上のひねりを伴う1回宙返り技
- II. 前転とびの技、すべての前方2回宙返り技
- III. 側転とびとツカハラとび（ひねり）、すべての後方2回宙返り技
- IV. すべてのロンダート踏切の技

- ② 次の場合は0点となる（D・E両審判共に0点を表示）。  
跳馬に着手することなく、もしくは片手のみの着手で跳び越えた場合、または跳馬に触れても突き手がみられない場合。
- ③ 第1局面でロンダート踏切から1/2ひねる技を実施した場合、ひねりが不十分で減点される可能性がある。不完全なひねりは減点表に従って通常の減点が行われる。ひねりが90度を超えて不足した場合、ユルチェンコとして認定される。
- ④ 30秒間のウォームアップ中に選手は2本の跳越（最大）を許可される。選手は30秒のウォームアップ時間を経過した場合でも、2本のウォームアップをする権利がある。  
線審は最大2本のルールが守られているか監視する責任を負う。最大2本のルールが守られない場合、最初の跳越から0.3のニュートラルディダクションがなされる。

### 2) 跳馬特有の減点

#### D審判（ニュートラルディダクション）

欠点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
ウォームアップにおける2本を超えた跳越	1本目の跳越から0.30 (予選および種目別決勝)		

### 3) 難度表からの削除

番号	変更項目	変更内容
1	削除	「前転とび1回ひねり前方かかえ込み宙返り（バーレント）」の削除
2	削除	「前転とび1回ひねり前方屈身宙返り（レーム）」の削除
3	削除	「前転とび1回ひねり前方屈身宙返りひねり（アリカン）」の削除
4	削除	「側転とび1/4ひねり前方かかえこみ宙返り」の削除
5	削除	「側転とび1/4ひねり前方屈身宙返り」の削除

※ 技のグループが変更したため、価値点は原本を参照のこと。

## 6. 平行棒

### 1) 演技実施について

- ① 前振り上がりは、背中がバーに対して水平になる必要があり、水平に対し45°までは0.1の減点、45°を超える逸脱は0.3の減点である。
- ② 前振り上がりから直接脚前拳支持の実施に対し、振動が不足している場合、0.1または0.3の減点となる。
- ③ 倒立または単棒縦向き倒立から始めるヒーリー系の技は、その認定を受けるには360°のひねりを必要とする。単棒横向き倒立から3/4ひねるヒーリーはB難度(I-50)とみなす。
- ④ バブサーは、バーを握る際は水平位で肩角度を開き、伸身で実施しなければならない。バーを握る際に、身体が水平位から45°を超えた逸脱、または90°を超えた肩角度があった場合は、大欠点となり、難度は不認定となる。
- ⑤ ヒーリー、マクーツ系の技において、支持する際に肘が大きく(90°を超えて)まがった場合、難度は認められない。
- ⑥ 前方2回宙返りひねり下りは、技の前・後半のどちらでひねりを加えても良い。
- ⑦ ティップルトは振動技のため、継続的な動きで実施する必要がある。倒立へ上げる際に脚が下がったり、明らかな力の使用をしたりせずに上昇する必要がある。脚の下がり、停滞、または明らかな力の使用は、減点または難度不認定となる。
- ⑧ ひねりを伴う棒下宙返り倒立の求める実施について。  
棒下宙返り1回ひねり倒立(テンハイビン: III-108)は、余分な握りかえをせずに直接倒立にもちこむ必要がある。(III-107)を含む棒下宙返りひねり倒立は、倒立が完成する前に、最大1回の握り替えで実施する必要がある。棒下宙返り倒立が2回以上の握りかえで実施された場合、それは棒下宙返り1/4ひねり倒立(III-106)としてみなされる。

### 2) 特別な繰り返し

- ① 最大2回までの後方車輪倒立技
  - ・後方(背面)車輪(単棒)倒立(ケンモツ)  
or・後方(背面)車輪1/4(1/2)ひねり倒立(ウエルス)
  - ・後方車輪単棒縦向き倒立(※ヒーリー系の技へつなげた場合)(ピアスキー)
  - ・車輪ディアミドフ(単棒倒立)
  - ・車輪ディアミドフ(1/4)ひねり
  - ・車輪ディアミドフ単棒倒立(※ヒーリー系の技へつなげた場合)
  - ・懸垂前振り片腕支持3/4ひねり単棒倒立経過、軸手を換えて3/4ひねり腕支持(ダウザー)
  - ・懸垂前振り片腕支持3/4ひねり単棒倒立経過、軸手を換えて3/4ひねり支持(バウマン)
- ② 最大2回までの棒下宙返り(逆上がり)倒立技
  - ・棒下宙返り(単棒)倒立
  - ・棒下宙返り(3/4)ひねり倒立
  - ・棒下宙返り1回ひねり倒立(テンハイビン)
  - ・棒下宙返り5/4ひねり倒立(ツォウ・シーション)
  - ・棒下宙返り単棒倒立(※ヒーリー系の技へつなげた場合)(シャルロ)
  - ・棒下宙返り3/4ひねり単棒倒立経過、軸手を変えて3/4ひねり支持(ヤマムロ)
  - ・横向き逆上がり倒立1/4ひねり倒立
  - ・横向き逆上がり倒立3/4ひねり倒立
  - ・横向き逆上がり倒立経過、3/4ひねり支持 (追加: FIG 確認済み)

3) 平行棒特有の減点

E 審判

欠 点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
モイや後方車輪で水平位よりも早く脚がまがる	+	+	
バブサー等、水平位でバーを握り懸垂になる技で、膝をまげた懸垂からけ上がりを行う		+	

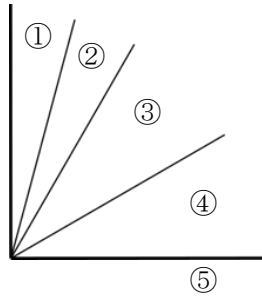
4) 平行棒難度表の変更等

番号	変更項目	変更内容
1	難度変更	「車輪ディアミドフ (単棒倒立)」がE難度に変更
2	難度変更	「前振り上がり 1/4 ひねり単棒倒立」は「ほん転倒立 1/4 ひねり単棒横向き倒立」としてC難度に変更
3	難度変更	「車輪ディアミドフ (1/4) ひねり」がF難度に変更
4	難度変更	「車輪ディアミドフ単棒倒立 ※ヒーリー系の技へつなげた場合」がF難度に変更
5	難度変更	「懸垂前振りひねり前方屈身2回宙返り腕支持」がG難度に変更
6	難度変更	・「前方かかえ込み2回宙返りひねり下り」 ・「後ろ振りひねり後方かかえ込み2回宙返り下り」がE難度に変更
7	難度変更	「前方屈身2回宙返りひねり下り」がF難度に変更
8	難度変更	「棒端、懸垂前振り後方屈身2回宙返り下り」がD難度に変更
9	難度変更	「棒端、懸垂前振り後方かかえ込み2回宙返り下り」がC難度に変更
10	難度変更	「棒端、懸垂前振り後方かかえ込み2回宙返り1回 (1/2) ひねり下り」 E難度に変更
11	枠の統合	「正倒立ひねり」と「逆倒立ひねり」が統合
12	枠の統合、 難度変更	「棒下宙返りひねり (1/4) 倒立」が 「棒下宙返り倒立」と統合してD難度に変更
13	枠の統合、 難度変更	「前方屈身 (伸身) 宙返りひねり下り」が 「前方屈身 (伸身) 宙返り下り」と統合しA難度に変更
14	枠の統合、 難度変更	「後方屈身 (伸身) 宙返りひねり下り」が 「後方屈身 (伸身) 宙返り下り」と統合しA難度に変更
15	追加	「前振り上がり 3/4 ひねり単棒倒立」の追加 (F難度)
16	削除	「棒端、前方かかえ込み (屈身) 宙返り懸垂」の「棒端」と「かかえ込み」の削除
17	削除	「棒端中向き (開脚) 旋回1回」の削除
18	削除	「棒の中央 (棒端外向き) で (開脚) 旋回1回」の削除
19	削除	「棒端で下向き 360°転向 (デレサレ)」の削除
20	削除	「開脚旋回倒立」の削除
21	削除	「開脚旋回倒立ひねり」の削除
22	削除	「棒下宙返り背面倒立経過とび倒立 (クシェラ/セレン)」の削除
23	削除	「横向き逆上がり倒立とび移行懸垂」の削除
24	削除	「横向き後方開脚浮腰回転倒立」の削除

## 7. 鉄棒

### 1) 演技実施について

- ① 演技開始の振り出しは、最大3回のスイングが認められる。3回を超えた予備振動は0.3の減点を伴う。
- ② 全ての倒立になる、または経過する技の角度逸脱は、下記の表に従って減点する。



①	0° ~15°	減点なし
②	16° ~30°	減点 0.10
③	31° ~60°	減点 0.30
④	61° ~90°	減点 0.50
⑤	90°を超える	減点 0.50 難度不認定

- ③ アドラー系の技は、倒立位から行う必要はない。

### 2) D スコアについて

#### ① 組合せについて

$$\begin{array}{rcccl} \text{手放し技} & & \text{手放し技} & & \text{加点} \\ C & + & C \text{以上} & = & 0.10 \\ & & \text{この逆も可} & & \end{array}$$

$$D \text{以上} + D \text{以上} = 0.20$$

$$\begin{array}{rcccl} \text{アドラー系の技} & & \text{手放し技} & & \text{加点} \\ D \text{以上} & + & D & = & 0.1 \\ D \text{以上} & + & E \text{以上} & = & 0.2 \end{array}$$

※ カウントされる 10 技の中に含まれていなければならない

- ② ひねりを伴うすべてのエンドー、シュタルダー、ワイラー系の技は、シュタルダーリバルコを除いて、2つの技に分割となる。

例： エンドー + 1回ひねり大逆手 = B + C

シュタルダー + 1/2 ひねり大逆手 = B + B

- ③ ひねりを伴うとび車輪について (クースト・リバルコ系)

#### (a) クースト

- ・ 明確なとびと滑らかなひねりで実施する。

#### (b) リバルコ

- ・ 両手握りになったときに、その技の終了と判断する。
- ・ 支持によるひねりではなく、明確なとびと滑らかなひねりで実施されなければならない。
- ・ 後方車輪とび 3/2 ひねり片手懸垂 (リバルコ片手懸垂) は I.51 の後方車輪とび 3/2 ひねり片大逆手 (または両逆手) と同価値で同一番号である。
- ・ 後方車輪とびひねり系の技において、ひねりの数は 3/2 を上限とし、2回以上のひねりはその価値が認められない。
- ・ この規則は、シュタルダーからのとび 3/2 ひねりにも適用される。

- ④ 閉脚シュタルダーからのリバルコやピアッティは認められない。
- ⑤ ピアッティ系の技は足裏支持回転から実施された場合、その価値は認められない。

3) 特別な繰り返し

- ① トカチェフ系(ピアッティを含む)およびコバチ系の技は演技中に最大2回まで実施することができる。ただし、それらの手放し技は他の手放し技と直接連続した場合に限り3回目の実施が認められる。

例：・コールマン、コバチ～ゲイロード2  
 ・コールマン～コバチ、カッシーナ  
 ・伸身トカチェフ～トカチェフ、リュウキン  
 ・トカチェフ～ギンガー、伸身トカチェフ、ピアッティ

- ② トカチェフやヤマワキで 1/2 ひねる技において、十分なひねりがみられないものや、直接倒立まで持ち込むことができないものは不認定となる。
- ③ 大逆手エンドー(Ⅲ-93)の難度の認定を得るためには、大逆手倒立で開始し、大逆手でバーの真上を越える必要がある。
- ④ 大逆手車輪 (I-68) と逆手背面車輪 (I-69) の難度を得るためには、大逆手でバーの上を通過するだけであり、特にそれ以上の大逆手の車輪を回すことは必要としない。

例：

- (a) 倒立から 65°逸脱したアドラー ～ 大逆手で真下とバーの上を通過し、再び大逆手で真下を通過してとび逆手持ち換え  
 =アドラー(C 難度、0.5 の角度減点)+大逆手車輪(B 難度)
- (b) アドラー倒立 ～ 大逆手で真下とバーの上を通過し、大逆手エンドーで真下を通過してとび逆手持ち換え  
 =アドラー(C 難度)+大逆手車輪(B 難度)+大逆手エンドー(C 難度)

- ⑤ チェコ式車輪後の実施について  
 背面懸垂～前振り上がり両足抜き支持を経過した技の終了は、角度逸脱の減点はされないが、背面懸垂～前振り上がり両足抜き支持の部分には価値が与えられない。
- ⑥ エンドー、シュタルダー、ワイラー、アドラー系の技が認定されるには、意図した方向にバーを越えて演技を続ける必要がある。
- ⑦ 伸身トカチェフについて  
 バーを再び持つまで、全て伸身で実施しなければならない。バーを越える前に 45°以上の腰まがりがある場合、屈身トカチェフ (C 難度) として認定される。バーを越えたのちに 45°以上の腰まがりがあった場合はD 難度として認定するが、相応の減点がある。

4) 鉄棒特有の減点

E 審判

欠 点	小欠点 0.10	中欠点 0.30	大欠点 0.50
エンドー、シュタルダー、ワイラー系の技の開始時における倒立位からの逸脱	+	+	+
演技開始時の3回を超えた予備振動		+	

5) 鉄棒難度表の変更等

番号	変更項目	変更内容
1	枠の統合、難度変更	「マルケロフひねり片大逆手後ろ振り上がり倒立」と「後ろ振り上がり開脚とび越しひねり懸垂」が統合しC難度に変更
2	枠の統合、難度変更	「伸身マルケロフ」と「ヤマワキひねり片大逆手後ろ振り上がり倒立」が統合しC難度に変更
3	枠の統合、難度変更	「リンチ」が「トカシェフ」と統合しC難度に変更
4	枠の統合、難度変更	「サミログ」が「屈身トカシェフ」と統合しC難度に変更
5	枠の統合、難度変更	「モズニク」が「伸身トカシェフ」と統合しD難度に変更
6	枠の統合、難度変更	「ピアッティひねり」が「ピアッティ」と統合しD難度に変更
7	枠の統合、難度変更	「キエルコフスキー」が「伸身ピアッティ」と統合しE難度に変更
8	枠の分化	「トカシェフ」と「屈身トカシェフ」が別枠に変更
9	枠の分化、難度変更	「閉脚エンドー」がC難度に変更（「エンドー」はB難度で変更無し）
10	枠の分化、難度変更	「閉脚シュタルダー」がC難度に変更（「シュタルダー」はB難度変更無し）
11	枠の分化、難度変更	「閉脚シュタルダーとび逆手持ち換え倒立」がC難度に変更（開脚はB難度で変更無し）
12	枠の分化、難度変更	「大逆手閉脚エンドー」がD難度に変更（開脚はC難度で変更無し）
13	追加	「屈身ピアッティひねり」の追加（屈身ピアッティと同枠）
14	追加	「後方屈身2回宙返り下り」の追加（かかえ込みと同枠）
15	削除	「後方とび車輪2回ひねり」の削除
16	削除	「足裏支持回転からのピアッティ」が削除
17	削除	「足裏支持回転からの伸身ピアッティ」の削除
18	削除	「足裏支持回転からの伸身ピアッティ1回ひねり」の削除
19	削除	「シュタルダーひねり直ちにひねりとび越し懸垂（ヤンセン）」の削除
20	削除	「け上がり倒立ひねり」の削除
21	削除	「け上がり倒立1回ひねり片大逆手」の削除
22	削除	「け上がり倒立1回ひねり大逆手」の削除
23	削除	「ワイラー1回ひねり片大逆手」の削除
24	削除	「ワイラー1回ひねり大逆手」の削除
25	削除	「ワイラーひねり倒立」の削除
26	削除	「懸垂振り出しひねり倒立」・「後方浮支持回転ひねり倒立」の削除
27	削除	「懸垂振り出しひねり大逆手」・「後方浮支持回転ひねり大逆手」の削除
28	削除	「懸垂振り出しとび1回ひねり倒立」・「後方浮支持回転とび1回ひねり倒立」の削除
29	削除	「エンドーひねり倒立」の削除
30	削除	「エンドー1回ひねり片大逆手」の削除
31	削除	「エンドー1回ひねり大逆手」の削除
32	削除	「シュタルダーとび1回ひねり倒立」の削除
33	削除	「閉脚シュタルダーリバルコ片大逆手」の削除
34	削除	「閉脚シュタルダーリバルコ両大逆手」の削除
35	削除	「シュタルダーひねり倒立」の削除
36	削除	「シュタルダーひねり大逆手」の削除
37	削除	「大逆手エンドー1回ひねり逆手(片大逆手)倒立」の削除



## 8. 補足

- 1) 完全な伸身姿勢とは、静止技では、肩から腰を通して足首までのラインが一直線であり、動的な技ではわずかに胸をふくむ、または反った姿勢のことである。その技の最中、腰が  $45^\circ$  を超えてまがった場合は屈身とみなされる。

以下、挿絵イラストが新たに掲載 [※FIG 確認](#)

