



CHEERLEADING GENERAL SAFETY GUIDELINES

安全規則

1. 引率者/コーチは技術レベルの向上を計る以前に、個々の選手とチームとしての能力レベルを考慮し演技全体のパフォーマンスレベルを決定する責務がある。
2. レベルの分類上、特定のレベルに見込まれる全ての技術は、前のレベルで認められる全ての技術を含む。
3. 選手は適切な地面で練習および競技を行うこと。
4. 全てのレベルのスタントに必要なスポッターは、自チームのメンバーで行うこと。
5. 競技において、高さを出すためのいかなる道具の使用は禁止。
6. あらゆる種類のアクセサリ（耳、鼻、舌、へそ、顔のピアスやイヤリング、ブレスレット、ネックレス、衣装につけたピン等）は禁止。テープでの仮止めも不可。（例外：医学 ID タグ/ブレスレットとユニフォームに付けたラインストーン。但しラインストーンを肌につけるのは違反。一時的なタトゥーは可。）
7. 選手は演技が始まる際、片足、片手、または体の一部（髪以外の）を演技フロアに触れていなくてはならない。（例外：選手がベースの手の上に足を乗せている状態は、ベースの手が演技フロアの上で静止した状態であれば可）
8. フラッグ、バナー、サインボード、ポンポンとメガホンのみ使用可。棒状の小道具は、スタントやタンブリングの際には使用不可。全ての小道具は安全に、演技の妨げにならないよう捨拾すること。（例えば、スタント上からマットの向こうに硬い素材のボードを放り投げることは違反）視覚効果のために、意図して取りはずした衣装も小道具とみなす。
9. ひざ、尻、腿、正面や背中からの落下、およびジャンプ、スタントまたは頭が下になった姿勢からのスプリッツディスマウントは禁止。ただし、重心のほとんどが手または足にかかり、落下の衝撃を吸収できる状態である場合のみ認められる。