

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

-Song&Dance-

ルールブック

USA

 **unitedspirit**association

A VARSITY BRAND

目次

■ 競技部門

P.1~4 競技規定

P.5~12 演技規定

P.5 <中学校・高校編成> Song/Pom部門

<高校編成> Song/Pom Dance部門

P.6 <高校編成> Hip Hop部門

P.7 <高校編成> Jazz部門

P.8 <中学校・高校編成> Spiritleading部門

P.9 <大学編成> Pom部門

P.10 <大学編成> Hip Hop部門

P.11 <大学編成> Jazz部門

P.12 <大学編成> Spiritleading部門

■ 審査対象外部部門

P.13 審査対象外部部門ルール

(Half-Time USA/Show-Time USA)

USA Regionals 2017 / USA School&College Nationals 2017

競技規定 -Song&Dance-

赤字: Regionals/Nationals 2016からの変更
青字: 表現のみの変更

1. 出場資格

- ① 中学校・高校・大学などの学校団体のチームであること(学校名でのエントリーが必須)
※学校から承認を得ている部活もしくは団体であり、出場選手は2017年3月31日まで在学していること
- ② 2016年4月2日時点の学年(年齢)で構成されたチーム(性別不問)であること
- ③ チームのメンバー構成が該当する編成と部門を選択すること
- ④ 学校団体に限り、同一の学校から同一部門にエントリーできるチーム数は3チームまでとする
- ⑤ 1人が同一編成・同一部門の2チームにエントリーすることはできない(異なる編成であれば、同じ部門にエントリー可能)
- ⑥ 3名以上で構成されていること

2. 編成・部門・人数区分

「編成」とは …年齢や学年に応じたチーム構成のこと
「部門」とは …演技ジャンルのこと (Pom部門、Jazz部門など)
「人数区分」とは…人数に応じた区分のこと (Small、Largeなど)
※人数区分の有無は部門により異なる



◆各大会において編成及び各部門のエントリー数が少ない場合は、それらをまとめて**オープン部門**とする場合がある
審査は各部門の内容に準じて行い、オープン部門内で順位が決定する

<編 成>

中学校編成	全員が同一学校の中学生であること
高校編成	全員が同一学校の高中生であること ※中高一貫校で中高生が同じチームで出場する場合は、高校編成にエントリーすること
大学編成	全員が同一学校の大学生であること ※短期大学・専門学校は大学編成に含まれる

<部 門>

部門	特 徴 ※その他詳細は「演技規定」でご確認ください	実施編成・人数区分
Song/Pom部門	Pomを使用した同調性・視覚的効果を含む内容	・中学校編成(Small/Large) ・高校編成(S/M/L)
Song/Pom Dance部門	Pomを使用した同調性・視覚的効果を含む内容 また半分は曲に合わせたダンスワークが必要となる	・高校編成 ※今年度より 人数区分はございません
Pom部門	Pomを使用した同調性・視覚的効果を含む内容	・大学編成(Small/Large)
Hip Hop部門	ヒップホップ・ファンク・ロッキングなどのストリートスタイル	・高校編成 ・大学編成
Jazz部門	ジャズ・リリカル・モダンなど、「踊る」ということを表現した内容	・高校編成 ・大学編成
Spiritleading部門	ハーフタイムショーのようにショーアップされた スポーツエンターテイメント性のある内容	・全編成

< 人数区分 >

1) チームの構成人数により、部門が細分化される人数区分は以下のとおり

- ・2分割の人数区分……【Small】3～14名 【Large】15名以上
- ・3分割の人数区分……【Small】3～9名 【Medium】10～17名 【Large】18名以上

2) 一部の人数区分内にエントリーが集中した場合は、公正な審査実施のため、更に細分化した人数区分を適用する
また、人数区分が設定されていない部門についても、エントリーが集中した場合は人数に応じて細分化される

【例：高校編成 Hip Hop部門 Small A (3～6名)/高校編成 Hip Hop部門 Small B (7～9名)など】

※分割される人数は部門のエントリー数によって変動する

※表彰は分割後の区分毎に行う

3. 演技内容

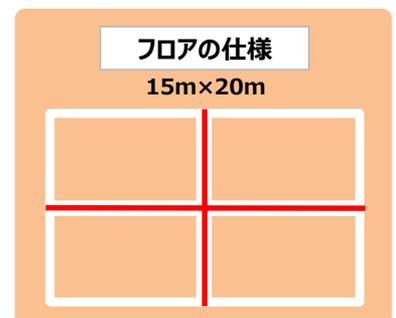
- ◇ 使用楽曲は事前に歌詞内容を確認し、大会参加指針に沿って、適切であるかを見極めること
大会当日に大会運営側から使用楽曲の歌詞内容について確認要請があった場合には、
その場で歌詞内容を確認できる資料(外国語の場合は、訳詞・原文の両方)を提出して頂きます。
尚、訳詞内容のみならず、下品なスラングの入った楽曲の使用は禁止です。
- ◇ 音楽や振り付けは、スポーツシーンに合った内容で行われ、演技はすべての観客のために
適切かつエンターテインメント性に富んでなければならない
下記の内容に該当する場合は、減点チェックシート上の「演技内容」において減点となる場合がある
 1. 振り付けにおいて紛争や抗争をイメージさせる内容
 2. 人を威嚇するジェスチャー
 3. 不快感を与える演出やメイクアップ
- ◇ 以下項目については編成・部門毎に内容が異なるため、必ず『演技規定』に沿って演技構成を行うこと
 - ①人数
 - ②衣装・コスチューム
 - ③アクセサリ
 - ④手具・小道具
 - ⑤履物
 - ⑥構成
 - ⑦特徴
 - ⑧タンブリング・スタント・ダンスリフト
 - ⑨その他

4. 身だしなみ

- ◇ 中学校・高校チームは、直立(腕を下ろした)姿勢で腹部まで覆われた衣装を着用すること
出場部門(全競技部門、審査対象外部部門も含む)に関わらず、このルールは適用される(大学チーム以外)
- ◇ 短い丈のパンツ(一分丈)を衣装とする場合は、必ずタイツを着用すること
- ◇ 男性は、シャツ(ノースリーブ可)を着用するか、前面のボタン・ファスナーをしめること

5. 演技フロア

- ◇ 奥行15m×幅20mとし、フロア枠(白枠)、縦横の中央にラインを引く(縦横はその上に赤ライン)
- ◇ 床の素材：
 - ・地区大会は、各体育館の床に上記ラインをひく
 - ・全国選手権大会は、スポーツコートを導入
- ◇ 演技に無関係なアイテムの演技フロアへの持ち込みは禁止
(Spiritleading部門のフロア置き道具などは除く)
【例】チームのぬいぐるみ、手具として使用しない小道具など
- ◇ メンバー全員で演技フロアに入場し、演技中の出入りは不可
- ◇ 手具・大道具は全て演技フロア内に設置すること
(使い終わった手具を投げ、演技フロア外に出るのは構わない)
- ◇ 演技者以外のフロアへの立ち入り及び演技者以外が演技に関わる行為は禁止
【例】演技者以外の手具・大道具の設置補助や選手への指示出しなど



6. 演技時間

- ◇ 演技時間は、1分45秒以上 2分30秒以内 とする
- ◇ 計測方法は、音楽または動作の開始をもって開始し、音楽・動作の両方の完了をもって終了とする
- ◇ チーム名が読み上げられたら、メンバー全員で速やかにフロアに入場すること
- ◇ フロアへの入場・退場は、合わせて30秒以内に速やかに行うこと

7. 演技の中断・再演技

- ◇ 運営側の問題(音響機材や施設の不備・故障など)や不測の事態で演技が妨げられた場合、改めて最初から1曲通して演技をすることができるが、審査は演技中断以降の部分のみが対象となる
- ◇ チーム側の問題(道具の不備やチームの責任による障害など)が発生した場合については、チームは演技を続ける必要がある
場合によっては、チームは再演技の申請ができるが、その場合は、「演技順の変更の申し出」として減点3点が課せられる
この再演技の場合は、1曲通しての再審査となる
- ◇ 怪我が原因で演技が中断してしまった場合、改めて最初から1曲通して演技することができるが、審査は演技中断以降の部分のみが対象となる
チームの判断で辞退することもできるが、怪我の程度によっては大会運営側が再演技を認めない権利を持っている
- ◇ 再審査が演技中断以降のみの場合も、演技は予定の内容を1曲通して行うこと(怪我の影響部分は除く)
審査は、ジャッジによって決定された怪我・演技中断が発生した時間から再開する
演技中断までに発生した減点はすべて反映される
原則、演技は開始からすべてのスキルを実施しなくてはならないが、すべてのスキルが行えなかった場合そのチームの得点をどのように取り扱うかについては、大会関係者の判断によって決定される
- ◇ すべての再演技の判断(実施の有無・タイミングなど)は、大会運営側が行い、チームの承諾を得て行うものとする

8. 審査

地区大会/Regionals

- ◇ 審査員の平均点がチームの得点となる
- ◇ 減点がある場合は平均点から引いた点数が得点となる

全国選手権大会/Nationals

- ◇ 以下の通り算出しチームの得点となる
 - ① 審査は各編成・部門・人数区分毎6名で行う
 - ② 6名の審査員の最高点・最低点をカットした4名の平均点を得点とする
- ◇ 減点がある場合は平均点から引いた点数が得点となる
- ◇ 演技順は、原則として編成・部門・人数区分毎にRegionalsの得点の低い方から始まるが、この限りではない

Regionals/Nationals 共通

<減点>

- ◇ 競技規定及び演技規定から外れた項目に対して、1か所につき3点が減点される
- ◇ 減点項目は、編成・部門によって異なる(減点内容は、ホームページより「減点チェックシート」をご確認ください)
- ◇ 違反の内容によっては、減点ではなく警告または審査の対象外となる場合もある

<順位>

- ◇ 順位は各大会において、各編成・部門・人数区分毎にチームの得点(減点后)をもって決定する
- ◇ オープン部門については、各編成・オープン部門内で順位が決定する(審査は各部門の内容に準じて行われる)

9. 表彰

地区大会/Regionals

<評価>

- ◇ Regionalsに限り、競技部門を対象に、チームの得点に基づき以下の通り評価を行う(3区分)
評価の記したリボンを登録メンバー(選手・補欠)分お渡りする

チームの得点	区分
87.00 ~ 100.00	Superior
72.00 ~ 86.99	Excellent
~ 71.99	Outstanding

- ◇ 再エントリーについては、演技に対する評価リボンの配布はありません
- ◇ 審査対象外部部門(Half-Time USAのみ)は、公認インストラクターによるコメントシートをお渡りする(得点は出ません)
また、スピリットにあふれるチーム・会場を盛り上げたチームは「グッドスピリットチーム」として表彰する

<入賞・特別賞>

- ◇ 表彰式は各地区大会毎に行う(2部制の場合は、それぞれ1部・2部の演技終了後)
- ◇ 各地区大会において各編成・部門毎(人数区分のある部門に関しては人数区分毎)に、得点の高い順に上位3位までを入賞とする
- ◇ 出場チームが3チーム未満の場合は、その出場数分が表彰される
- ◇ 入賞以外に特別賞(ベストインプレッション賞・チアアップ賞)を設けるものとする
特別賞の数は、大会・各編成・部門のエントリー数によって変動する
- ◇ DVD審査・再エントリーに関しては、入賞・特別賞の表彰はありません
審査内容・全国選手権大会進出など結果のお知らせについては、郵送・またはメールにて行うものとする

<全国選手権大会進出基準>

- ◇ 全国選手権大会進出については、入賞・特別賞の受賞と関係なく、チームの得点がエントリーしている編成・部門の進出基準得点以上であることが条件となる
- ◇ 進出を判定する点数は、チームの平均点(減点前の得点)である
但し、演技構成において問題があると主催者が判断した場合はこの限りではありません
- ◇ 全国選手権大会進出チームの発表は、各大会の入賞・特別賞の表彰の後に、アナウンスにて行う
- ◇ 各編成・部門における進出基準得点は以下の通り

編成・部門	Song/Pom 部門	Song/Pom Dance部門	Pom 部門	Hip Hop 部門	Jazz 部門	Spiritleading 部門
中学校編成	80	-	-	-	-	80
高校編成	85	85	-	80	80	80
大学編成	-	-	80	80	80	80

全国選手権大会/Nationals

<入賞・特別賞>

- ◇ 表彰式は各日行うものとする
- ◇ 各編成・部門毎(人数区分のある部門に関しては人数区分毎)に得点の高い順に入賞が決定
※入賞枠はチーム数によって異なります
- ◇ 入賞以外に特別賞を設けるものとする
- ◇ 「グランプリ」の選出は、以下の通りとなる

3月27日(月)

- ・中学校編成 グランプリ
- ・高校編成 Cheerleading グランプリ
- ・高校編成 Dance グランプリ (Hip Hop部門 ・ Spiritleading部門 ・ Jazz部門 対象)

3月28日(火)

- ・高校編成 Songleading グランプリ (Song/Pom部門 ・ Song/Pom Dance部門 対象)
- ・大学編成 グランプリ

- ◇ その他、詳しい表彰内容については3月中旬頃の発表となります

【セミファイナルについて】

- ◇ 今年度より高校編成セミファイナルの実施はございません
※詳しい日程については、開催要項をご確認ください



演技規定

- P.5 <中学校・高校編成> Song/Pom部門
<高校編成> Song/Pom Dance部門
- P.6 <高校編成> Hip Hop部門
- P.7 <高校編成> Jazz部門
- P.8 <中学校・高校編成> Spiritleading部門
- P.9 <大学編成> Pom部門
- P.10 <大学編成> Hip Hop部門
- P.11 <大学編成> Jazz部門
- P.12 <大学編成> Spiritleading部門

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> ①中学校・高校編成 Song/Pom部門 ②高校編成 Song/Pom Dance部門

- 部門・編成
 中学校編成 Song/Pom部門：中学校単位のチーム
 高校編成 Song/Pom部門：高校単位のチーム
 高校編成 Song/Pom Dance部門：高校単位のチーム
 ※高校編成については、同一学校の中学生の出場は可(中学校編成に高校生の出場は不可)
 ※中学校編成はSong/Pom部門のみの選択となる(Song/Pom Dance部門は実施なし)

項目	中学校・高校編成 Song/Pom部門	高校編成 Song/Pom Dance部門
衣装	チアユニフォームを着用すること (学校名・チーム名が記載/素材不問) ※パンツ不可	自由とする (但し、チアユニフォームは不可)
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める(肌や床を傷つける危険があるものは不可)	
履物	足裏全部を覆っている物を着用 (靴下やタイツのみは禁止/床を傷つける危険があるものは不可)	自由とする (靴下やタイツのみは禁止/床を傷つける危険があるものは不可)
手具	Pomのみ使用可/男性は必ずしも持つ必要はありません	
構成	同調性と視覚的効果、美しく正確なアームモーション、Pomを使用した技術、ダンスの技術的要素と正確性 (視覚的効果とは:立体的変化・グループワーク・フォーメーションチェンジ・異なる色のPomの使用など)	
	メンバー全員がフロアに対して横1列(ななめや縦1列は不可)で、片手もしくは両手で隣と横につながったまま連続した16カウント以上・1回以上のキックを含むキックラインを行うこと(キックは全員同時でなくてもよい) ※【補足】②③参照	
セーフティ全般	・32カウント以上Pomを置いてはいけない (【補足】①参照)	
	<ul style="list-style-type: none"> ① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止 ② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない ③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどを着る際は適切な素材でカバーすること ④ 手に全体重をあげる動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転) ⑤ 立位・逆さの体勢やターンから、膝・腿・座位・うつぶせ・仰向け・スプリットポジションの姿勢になる場合は、少なくとも片手または片足に先に体重が乗るように行うこと ⑥ ジャンプ・空中から演技フロアへ着地する場合は、少なくとも片足に先に体重が乗るように行うこと 	
タンブリング	<p>タンブリング(アクロバティック、体操的な技。フロア上から始まりフロア上で終わる個人で行えるもの)は、実施できるが推奨されない。 <有効技>に限り実施可(以下①~③を遵守しなければならない)</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 静止・歩行から実施可(走り込み・飛び込み・ホップなど勢をつけてからは不可) ② タンブリングは単発・コンビネーションともに実施可 ③ タンブリングをしている選手の上や下を、タンブリングしながら通過・越えることは禁止 <p><有効技> 前転、後転、ショルダーロール、側転、チェストロールダウン、倒立、頭支持倒立、立ちブリッジ、前方/後方転回 ※有効技は片手での実施も可 ※Pomを持った手に全体重をあげる動作は、セーフティ違反になるので注意(前転・後転は持ったまま実施可)</p> <p><禁止技> 上記以外全て ※【補足】④参照</p>	
スタンツ ダンスリフト	<ul style="list-style-type: none"> ① スタンツの実施不可(人に完全に体重を寄せ、両足が床から離れる動作) ② ダンスリフトの実施不可(他者を持ち上げる・下ろす、または他者に持ち上げられる・下ろされる動作) ③ 人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可 人の上を通過する行為(背中を転がる・馬とびなど)は、補助されず自力で行う場合に限り実施可能 	

- 【補足】①Pomの使用時間 1名でもPomをおいた場合は、手具を持っていない時間・カウントとして数えられる(但し、片方だけ置き、片方は使用している場合はPomを持っているとみなす)
- ②ラインワーク・キックライン(隊形) 横一列に入りきらない場合(20名以上)に限り、2列になるまたは曲線になることは認める(円・V等の隊形でのラインワークは規定の動きとしては認めない)
- ③ラインワーク・キックライン(カウント) メンバー全員がつながっていない(1人でも隣と離れた)間はカウントされないものとする
 <例>欠場者が空いておりつながっていない、つながった状態から再度組み直す、など
- ④タンブリング禁止技 有効技以外の全てのアクロバティック・体操的な技
 <例> 前方・後方倒立回転跳び、前方・後方宙返り、飛び込み前転、ロンダート、側方宙返り、ヘッドスプリングなど

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> 高校編成 Hip Hop部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める (肌や床を傷つける危険があるものは不可)
履物	自由とする (靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
手具	装着するもの、手に持つ小道具は使用可(Pomは不可) 演技中にはずしたり置くこともできる
構成	正確性・スタイル・独創性・ボディバランス・ボディコントロール・リズム・統一感・楽曲の演出を強調した ストリートスタイルの動き(ジャンプなどのアスレチックな動作を加えることも可)
セーフティ 全般	<p>① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止</p> <p>② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない</p> <p>③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること</p> <p>④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)</p> <p>⑤ 立位・逆さの体勢やターンから、膝・腿・座位・うつぶせ・仰向け・スプリットポジションの姿勢になる場合は、少なくとも片手または片足に先に体重が乗るように行うこと</p> <p>⑥ ジャンプ・空中から演技フロアへ着地する場合は、少なくとも片足に先に体重が乗るように行うこと</p>
タンブリング	<p>タンブリング(アクロバティック、体操的な技。フロア上から始まりフロア上で終わる個人で行えるもの)は、実施できるが推奨されなく <有効技>に限り実施可(以下①~③を遵守しなければならない)</p> <p>① 静止・歩行から実施可(走り込み・飛び込み・ホップなど勢をつけてからは不可 ※例外:ロンダート)</p> <p>② タンブリングは単発・コンビネーションともに実施可</p> <p>③ タンブリングをしている選手の上や下を、タンブリングしながら通過・越えることは禁止</p> <p><有効技> 前転、後転、ショルダーロール、側転、チェストロールダウン、倒立、頭支持倒立、立ちブリッジ、前方/後方転回、 ロンダート、キップアップ、ストール、ウインドミル、マカコ、スワイプス、トーマスフレア ※【補足】①参照 ※有効技は片手での実施も可 ※手具を持った手に全体重をあずける動作は、セーフティ違反になるので注意(前転・後転は持ったまま実施可)</p> <p><禁止技> 上記以外全て ※【補足】②参照</p>
スタンツ ダンスリフト	<p>① スタンツの実施不可(人に完全に体重を寄せ、両足が床から離れる動作)</p> <p>② ダンスリフトの実施不可(他者を持ち上げる・下ろす、または他者に持ち上げられる・下ろされる動作)</p> <p>③ 人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可 人の上を通過する行為(背中を転がる・馬とびなど)は、補助されず自力で行う場合に限り実施可能</p>

【補足】①有効技についての解説

【キップアップ】 仰向けから膝を曲げ、少し後ろに転んでから脚の反動で立ち上がる技(跳ね起き・ラバーハンドともいう)

【ストール】 両手・片手で体を支えつつ、動きを停止するヒップホップ技(フリーズ)

【ウインドミル】 背中と胸を使って回転し、体の周りをV字にした脚を旋回させる技

【マカコ】 しゃがんだ状態から片手で行う、後方転回(アラビアンともいう)

【スワイプス】 手を付くと同時に下半身をひねり、腰が宙に浮いた状態で旋回する技

【トーマスフレア】両手で全身を支えながら両足を大きく開き、体を宙に浮かせながら旋回させる技

②タンブリング禁止技 有効技以外の全てのアクロバティック・体操的な技
<例> 前方・後方倒立回転跳び、前方・後方宙返り、飛び込み前転、側方宙返り、ヘッドスピン、ヘッドスプリングなど

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> 高校編成 Jazz部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める(肌や床を傷つける危険があるものは不可)
履物	自由とする (靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
手具	装着するもの、手に持つ小道具は使用可(Pomは不可) 演技中にはずしたり置くこともできる
構成	各ダンススタイル・ダンスの技術的要素と正確性・独創性・コンビネーション・しなやかさ・バランス力・姿勢・チームの統一感
セーフティ全般	<p>① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止</p> <p>② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない</p> <p>③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること</p> <p>④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)</p> <p>⑤ 立位・逆さの体勢やターンから、膝・腿・座位・うつぶせ・仰向け・スプリットポジションの姿勢になる場合は、少なくとも片手または片足に先に体重が乗るように行うこと</p> <p>⑥ ジャンプ・空中から演技フロアへ着地する場合は、少なくとも片足に先に体重が乗るように行うこと</p>
タンブリング	<p>タンブリング(アクロバティック、体操的な技。フロア上から始まりフロア上で終わる個人で行えるもの)は、実施できるが推奨されない<有効技>に限り実施可(以下①~③を遵守しなければならない)</p> <p>① 静止・歩行からは実施可(走り込み・飛び込み・ホップなど勢いをつけてからは不可)</p> <p>② タンブリングは単発・コンビネーションともに実施可</p> <p>③ タンブリングをしている選手の上や下を、タンブリングしながら通過・越えることは禁止</p> <p><有効技> 前転、後転、ショルダーロール、側転、チェストロールダウン、倒立、頭支持倒立、立ちブリッジ、前方/後方転回 ※有効技は片手での実施も可 ※手具を持った手に全体重をあずける動作は、セーフティ違反になるので注意(前転・後転は持ったまま実施可)</p> <p><禁止技> 上記以外全て ※【補足】①参照</p>
スタンツ ダンスリフト	<p>① スタンツの実施不可(人に完全に体重を寄せ、両足が床から離れる動作)</p> <p>② ダンスリフトの実施不可(他者を持ち上げる・下ろす、または他者に持ち上げられる・下ろされる動作)</p> <p>③ 人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可 人の上を通過する行為(背中を転がる・馬とびなど)は、補助されず自力で行う場合に限り実施可能</p>

【補足】①タンブリング禁止技 有効技以外の全てのアクロバティック・体操的な技
<例> 前方・後方倒立回転跳び、前方・後方宙返り(伸身含)、飛び込み前転、ロンダート、側方宙返り、ヘッドスプリングなど

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> 中学校編成・高校編成 Spiritleading部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める (肌や床を傷つける危険があるものは不可)
履物	自由とする (靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
手具	自由とする (大道具の使用も可) ※【補足】①参照
構成	ハーフタイムショーのようにショーアップされたスポーツエンターテインメント性のある内容 ※ダンステクニックを必要とする部門ではありません
セーフティ全般	<p>① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止</p> <p>② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない</p> <p>③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること</p> <p>④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)</p> <p>⑤ 立位・逆さの体勢やターンから、膝・腿・座位・うつむき・仰向け・スプリットポジションの姿勢になる場合は、少なくとも片手または片足に先に体重が乗るように行うこと</p> <p>⑥ ジャンプ・空中から演技フロアへ着地する場合は、少なくとも片足に先に体重が乗るように行うこと</p>
タンブリング	<p>タンブリング(アクロバティック、体操的な技。フロア上から始まりフロア上で終わる個人で行えるもの)は、実施できるが推奨されなく有効技>に限り実施可(以下①~③を遵守しなければならない)</p> <p>① 静止・歩行からは実施可(走り込み・飛び込み・ホップなど勢いをつけてからは不可 ※例外:ロンダート)</p> <p>② タンブリングは単発・コンビネーションともに実施可</p> <p>③ タンブリングをしている選手の上や下を、タンブリングしながら通過・越えることは禁止</p> <p><有効技> 前転、後転、ショルダーロール、側転、チェストロールダウン、倒立、頭支持倒立、立ちブリッジ、前方/後方転回、ロンダート、キップアップ、ストール、ウインドミル ※【補足】②参照 ※有効技は片手での実施も可 ※手具を持った手に全体重をあずける動作は、セーフティ違反になるので注意(前転・後転は持ったまま実施可)</p> <p><禁止技> 上記以外全て ※【補足】③参照</p>
スタンツ ダンスリフト	<p>① スタンツの実施不可(人に完全に体重を寄せ、両足が床から離れる動作)</p> <p>② ダンスリフトの実施不可(他者を持ち上げる・下ろす、または他者に持ち上げられる・下ろされる動作)</p> <p>③ 人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可 人の上を通過する行為(背中を転がる・馬とびなど)は、補助されず自力で行う場合に限り実施可能</p>

【補足】①手具・大道具の設置 演技中に使用する全ての手具・大道具は、選手自身でフロア内に運び入れ・設置・撤去できるものでなければならない

③有効技についての解説 【キップアップ】 仰向けから膝を曲げ、少し後ろに転んでから脚の反動で立ち上がる技(跳ね起き・ラバーハンドともいう)
【ストール】 両手・片手で体を支えつつ、動きを停止するヒップホップ技(フリーズ)
【ウインドミル】 背中と胸を使って回転し、体の周りをV字にした脚を旋回させる技

②タンブリング禁止技 有効技以外の全てのアクロバティック・体操的な技
<例> 前方・後方倒立回転跳び、前方・後方宙返り、飛び込み前転、側方宙返り、ヘッドスプリングなど

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

＜演技規定＞ 大学編成 Pom部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で、全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ-	衣装としてのアクセサリ-は認める（肌や床を傷つける危険があるものは不可）
履物	自由とする（靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可）
手具	演技の80%以上はメンバー全員でPomを使用すること/男性は必ずしも持つ必要はありません ※【補足】①参照
構成	同調性と視覚的効果、美しく正確なアームモーション、Pomを使用した技術、ダンスの技術的要素と正確性（視覚的効果とは：立体的変化・グループワーク・フォーメーションチェンジ・異なる色のPomの使用など）
セーフティ全般	<ul style="list-style-type: none"> ① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止 ② 手具・衣装・その他アクセサリ-・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない ③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること ④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)
タンプリング & エアリアル ストリートスキル 個人で実施するもの	<p>＜ダンススキルとしてのタンプリングは実施できるが推奨されない。実施する場合は、以下①～⑥を遵守すること。＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 逆さま状態になる技(腰が頭を超える回転は含まないもの) <ul style="list-style-type: none"> a. 空中に浮かない技は実施可(例:ヘッドスタンド(頭支持倒立)・倒立・ストールなど) b. 空中に浮く技で垂直逆さま状態になるものについては、後方にアプローチ/進入することは禁止 ② 腰が頭を超える回転を含む技 <ul style="list-style-type: none"> a. 空中に浮かない技は実施可 b. 空中に浮く技で手の支持があるもの <ul style="list-style-type: none"> i. アプローチの際に宙に浮かない技については、2回まで連続実施可(ロンダートは実施可。※足が床から離れる前に手が床に接地する) ii. アプローチの際に宙に浮く技は禁止(例外:飛び込み前転は実施可) c. 空中に浮く技で手の支持が無いものは実施不可(例外:側方宙返りは実施可、ただし他のスキルとの連続は不可) ③ 腰が頭を超える体勢での回転を含むタンプリングをしている同士が、お互いの上・下を、通過・超えることは禁止 ④ 膝、腿、背中、肩、座位、うつぶせ、頭で、空中から演技フロアへ着地する場合、衝撃を抑えるため、片手、または片足に先に体重が乗るように実施すること ⑤ 脚が体の前方にあるジャンプの状態から、脚を後方に動かして演技フロアに腕立て伏せ姿勢で着地することは不可 シュシュバのバリエーションは全て禁止 ⑥ ポンを持っている手で支持し、腰が頭を超える体勢での回転を含んだタンプリングは実施不可(例外:前転・後転のみ実施可)
ダンスリフト パートナーリング グループ/ペアで実施するもの	<p>＜ダンスリフト・パートナーリングは、以下①～⑥に沿った動作でなければならない＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 体重を主に支えているサポートダンサーは、リフトやパートナーリングを行っている間は演技フロア上に直接触れていること(例外:キックラインリフトは実施可 ※腕で横につながった状態で宙に浮く) ② 肩の高さより上でのリフト・パートナーリングは、最低3名以上で常に動作を行うダンサーとお互いがふれている状態にすること ③ 動作を行うダンサーが直立姿勢の場合は、腰の位置がサポートダンサーの直立姿勢の頭の高さ以下であること ④ 動作を行うダンサーの腰が頭を超える回転(側転・前方/後方転回含む)は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーの直立姿勢の肩以下の高さで行うこと b. サポートダンサーは、動作を行うダンサーが演技フロアに戻るまで、もしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること c. 回転は最大1回転(腰が頭を超える回数は1回)とし、腰が頭を超える回転は、必ず頭を上にした体勢で終えること ⑤ 動作を行うダンサーが倒立姿勢の場合は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. 体重を主に支えるダンサーは、倒立するダンサーが倒立状態を終えて床につくまでもしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること b. 倒立するダンサーの腰の位置が、サポートダンサーの直立姿勢の肩の高さ以下であること <p>リリース(離す・離れる・放つ)動作について</p> <ul style="list-style-type: none"> ⑥ サポートダンサーから、ジャンプ/リフト/ステップ/ブッシュオフなどで離れる動作は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない b. リリース後の最高点において、実施するダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない c. リリース後、直立姿勢の腰から肩の高さにある時は、うつ伏せ/逆さま姿勢を通過してはならない ⑦ トスする動作は以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない b. トスの最高点において、トスされるダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない c. 仰向け/逆さま姿勢の状態からトスされてはいけない d. トスされた後に、うつ伏せ/逆さま姿勢になってはいけない

【補足】①Pomの使用時間 1名でもPomをおいた場合は、手具を持っていない時間としてカウントする(但し、片方だけ置き、片方は使用している場合は手具を持っているとみなす)

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> 大学編成 Hip Hop部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める(肌や床を傷つける危険があるものは不可)
履物	自由とする(靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
手具	装着するもの、手に持つ小道具は使用可(Pomは不可) 演技中にはずしたり置くこともできる
構成	正確性・スタイル・独創性・ボディバランス・ボディコントロール・リズム・統一感・楽曲の演出を強調したストリートスタイルの動き(ジャンプなどのアスレチックな動作を加えることも可)
セーフティ全般	<ul style="list-style-type: none"> ① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止 ② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない ③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること ④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)
タンプリング & エアリアル ストリートスキル 個人で実施するもの	<p><ダンススキルとしてのタンプリングの実施できるが、推奨されない。実施する場合は、以下①～⑥を遵守すること。></p> <ul style="list-style-type: none"> ① 逆さま状態になる技(腰が頭を超える回転は含まないもの)は、空中に浮くもの/浮かないもの、ともに実施可 ② 腰が頭を超える回転を含む技 <ul style="list-style-type: none"> a. 空中に浮かない技は実施可 b. 空中に浮く技で手の支持があるもの <ul style="list-style-type: none"> i. アプローチ/進入の際に宙に浮かない技は実施可(連続実施も可) ii. アプローチ/進入の際に宙に浮く技は2回まで連続実施可(連続実施の場合は、どちらも手の支持が必要) c. 空中に浮く技で手の支持が無いものは実施不可(例外:側方宙返りは実施可、ただし他のスキルとの連続は不可) ③ 腰が頭を超える体勢での回転を含むタンプリングをしている同士が、お互いの上・下を、通過・超えることは禁止 ④ 膝、腿、背中、うつぶせ、頭で、空中から演技フロアへ着地する場合、衝撃を抑えるため、片手または片足に先に体重が乗るように実施すること 直立姿勢での腰の高さ以下からの場合のみ、手足での衝撃吸収がない状態での肩・座位での着地が実施可 ⑤ 全てのジャンプから、フロア上に腕立て伏せ姿勢での着地が実施可 ⑥ 手具を持っている手で支持し、腰が頭を超える体勢での回転を含んだタンプリングは実施不可(例外:前転・後転のみ実施可)
ダンスリフト パートナーリング グループ/ペアで実施するもの	<p><ダンスリフト・パートナーリングは、以下①～⑥に沿った動作でなければならない></p> <ul style="list-style-type: none"> ① 体重を主に支えているサポートダンサーは、リフトやパートナーリングを行っている間は演技フロア上に直接触れていること (例外:キックラインリフトは実施可 ※腕で横につながった状態で宙に浮く) ② 肩の高さより上でのリフト・パートナーリングは、最低3名以上で常に動作を行うダンサーとお互いがふれている状態にすること ③ 動作を行うダンサーが直立姿勢の場合は、腰の位置がサポートダンサーの直立姿勢の頭の高さ以下であること ④ 動作を行うダンサーの腰が頭を超える回転(側転・前方/後方転回含む)は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーの直立姿勢の肩以下の高さで行うこと b. サポートダンサーは、動作を行うダンサーが演技フロアに戻るまで、もしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること c. 回転は最大1回転(腰が頭を超える回数は1回)とし、腰が頭を超える回転は、必ず頭を上にした体勢で終えること ⑤ 動作を行うダンサーが倒立姿勢の場合は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. 体重を主に支えるダンサーは、倒立するダンサーが倒立状態を終えて床につくまでもしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること b. 倒立するダンサーの腰の位置が、サポートダンサーの直立姿勢の肩の高さ以下であること <p><u>リリース(離す・離れる・放つ)動作について</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⑥ サポートダンサーから、ジャンプ/リフト/ステップ/ブッシュオフなどで離れる動作は、以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない b. リリース後の最高点において、実施するダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない c. リリース後、直立姿勢の腰から肩の高さにある時は、うつ伏せ/逆さま姿勢を通過してはならない ⑦ トスする動作は以下の場合に実施可 <ul style="list-style-type: none"> a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない b. トスの最高点において、トスされるダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない c. 仰向け/逆さま姿勢の状態からトスされてはいけない d. トスされた後に、うつ伏せ/逆さま姿勢になってはいけない

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

＜演技規定＞ 大学編成 Jazz部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める(肌や床を傷つける危険があるものは不可)
履物	自由とする(靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
手具	装着するもの、手に持つ小道具は使用可(Pomは不可) 演技中にはずしたり置くこともできる
構成	各ダンススタイル・ダンス技術的要素と正確性・独創性・コンビネーション・しなやかさ・バランス力・姿勢・チームの統一感
セーフティ全般	<p>① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止</p> <p>② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない</p> <p>③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギプス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること</p> <p>④ 手に全体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転)</p>
タンプリング & エアリアル ストリートスキル 個人で実施するもの	<p>＜ダンススキルとしてのタンプリングは実施できるが、推奨されない。実施する場合は、以下①～⑥を遵守すること。＞</p> <p>① 逆さま状態になる技(腰が頭を超える回転は含まないもの)</p> <p>a. 空中に浮かない技は実施可(例:ヘッドスタンド(頭支持倒立)・倒立・ストールなど)</p> <p>b. 空中に浮かない技で垂直逆さま状態になるものについては、後方にアプローチ/進入することは禁止</p> <p>② 腰が頭を超える回転を含む技</p> <p>a. 空中に浮かない技は実施可</p> <p>b. 空中に浮かない技で手の支持があるもの</p> <p>i. アプローチの際に宙に浮かない技については、2回まで連続実施可(ロンダートは実施可。※足が床から離れる前に手が床に接地する)</p> <p>ii. アプローチの際に宙に浮かない技は禁止(例外:飛び込み前転は実施可)</p> <p>c. 空中に浮かない技で手の支持が無いものは実施不可(例外:側方宙返りは実施可、ただし他のスキルとの連続は不可)</p> <p>③ 腰が頭を超える体勢での回転を含むタンプリングをしている同士が、お互いの上・下を、通過・超えることは禁止</p> <p>④ 膝、腿、背中、肩、座位、うつぶせ、頭で、空中から演技フロアへ着地する場合、衝撃を抑えるため、片手、または片足に先に体重が乗るように実施すること</p> <p>⑤ 脚が体の前方にあるジャンプの状態から、脚を後方に動かして演技フロアに腕立て伏せ姿勢で着地することは不可 シュシュバのバリエーションは全て禁止</p> <p>⑥ 手具を持っている手で支持し、腰が頭を超える体勢での回転を含んだタンプリングは実施不可(例外:前転・後転のみ実施可)</p>
ダンスリフト パートナーリング グループ/ペアで実施するもの	<p>＜ダンスリフト・パートナーリングは、以下①～⑥に沿った動作でなければならない＞</p> <p>① 体重を主に支えているサポートダンサーは、リフトやパートナーリングを行っている間は演技フロア上に直接触れていること(例外:キックラインリフトは実施可 ※腕で横につながった状態で宙に浮か)</p> <p>② 肩の高さより上でのリフト・パートナーリングは、最低3名以上で常に動作を行うダンサーとお互いがふれている状態にすること</p> <p>③ 動作を行うダンサーが直立姿勢の場合は、腰の位置がサポートダンサーの直立姿勢の頭の高さ以下であること</p> <p>④ 動作を行うダンサーの腰が頭を超える回転(側転・前方/後方転回含む)は、以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーの直立姿勢の肩以下の高さで行うこと</p> <p>b. サポートダンサーは、動作を行うダンサーが演技フロアに戻るまで、もしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること</p> <p>c. 回転は最大1回転(腰が頭を超える回数は1回)とし、腰が頭を超える回転は、必ず頭を上にした体勢で終えること</p> <p>⑤ 動作を行うダンサーが倒立姿勢の場合は、以下の場合に実施可</p> <p>a. 体重を主に支えるダンサーは、倒立するダンサーが倒立状態を終えて床につくまでもしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること</p> <p>b. 倒立するダンサーの腰の位置が、サポートダンサーの直立姿勢の肩の高さ以下であること</p> <p>リリース(離す・離れる・放つ)動作について</p> <p>⑥ サポートダンサーから、ジャンプ/リフト/ステップ/ブッシュオフなどで離れる動作は、以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない</p> <p>b. リリース後の最高点において、実施するダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない</p> <p>c. リリース後、直立姿勢の腰から肩の高さにある時は、うつ伏せ/逆さま姿勢を通過してはならない</p> <p>⑦ トスする動作は以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない</p> <p>b. トスの最高点において、トスされるダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない</p> <p>c. 仰向け/逆さま姿勢の状態からトスされてはいけない</p> <p>d. トスされた後に、うつ伏せ/逆さま姿勢になってはいけない</p>

USA Regionals 2017
USA School&College Nationals 2017

<演技規定> 大学編成 Spiritleading部門

項目	内容
衣装	自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること
アクセサリ	衣装としてのアクセサリは認める（肌や床を傷つける危険があるものは不可）
履物	自由とする（靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可）
手具	自由とする（大道具の使用も可） ※【補足】①参照
特徴	ハーフタイムショーのようにショーアップされたスポーツエンターテインメント性のある内容
構成	自由とする（テクニックは入れなくてもよい）
セーフティ全般	<p>① 安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止</p> <p>② 手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない</p> <p>③ 怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットなどをする際は適切な素材でカバーすること</p> <p>④ 手に全体重をはずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない（例外：前転・後転）</p>
タンプリング & エアリアル ストリートスキル 個人で実施するもの	<p><ダンススキルとしてのタンプリングは実施できるが、推奨されない。実施する場合は、以下①～⑥を遵守すること。></p> <p>① 逆さま状態になる技（腰が頭を超える回転は含まないもの）</p> <p>a. 空中に浮かない技は実施可（例：ヘッドスタンド（頭支持倒立）・倒立・ストールなど）</p> <p>b. 空中に浮く技で垂直逆さま状態になるものについては、後方にアプローチ/進入することは禁止</p> <p>② 腰が頭を超える回転を含む技</p> <p>a. 空中に浮かない技は実施可</p> <p>b. 空中に浮く技で手の支持があるもの</p> <p>i. アプローチの際に宙に浮かない技については、2回まで連続実施可（ロンダートは実施可。※足が床から離れる前に手が床に接地する）</p> <p>ii. アプローチの際に宙に浮く技は禁止（例外：飛び込み前転は実施可）</p> <p>c. 空中に浮く技で手の支持が無いものは実施不可（例外：側方宙返りは実施可、ただし他のスキルとの連続は不可）</p> <p>③ 腰が頭を超える体勢での回転を含むタンプリングをしている同士が、お互いの上・下を、通過・超えることは禁止</p> <p>④ 膝、腿、背中、肩、座位、うつぶせ、頭で、空中から演技フロアへ着地する場合、衝撃を抑えるため、片手、または片足に先に体重が乗るように実施すること</p> <p>⑤ 脚が体の前方にあるジャンプの状態から、脚を後方に動かして演技フロアに腕立て伏せ姿勢で着地することは不可 シュシュノバのバリエーションは全て禁止</p> <p>⑥ ポンや手具を持っている手で支持し、腰が頭を超える体勢での回転を含んだタンプリングは実施不可（例外：前転・後転のみ実施可）</p>
ダンスリフト パートナーリング グループ/ペアで実施するもの	<p><ダンスリフト・パートナーリングは、以下①～⑥に沿った動作でなければならない></p> <p>① 体重を主に支えているサポートダンサーは、リフトやパートナーリングを行っている間は演技フロア上に直接触れていること（例外：キックラインリフトは実施可 ※腕で横につながった状態で宙に浮く）</p> <p>② 肩の高さより上でのリフト・パートナーリングは、最低3名以上で常に動作を行うダンサーとお互いがふれている状態にすること</p> <p>③ 動作を行うダンサーが直立姿勢の場合は、腰の位置がサポートダンサーの直立姿勢の頭の高さ以下であること</p> <p>④ 動作を行うダンサーの腰が頭を超える回転（側転・前方/後方転回含む）は、以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーの直立姿勢の肩以下の高さで行うこと</p> <p>b. サポートダンサーは、動作を行うダンサーが演技フロアに戻るまで、もしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること</p> <p>c. 回転は最大1回転（腰が頭を超える回数は1回）とし、腰が頭を超える回転は、必ず頭を上にした体勢で終えること</p> <p>⑤ 動作を行うダンサーが倒立姿勢の場合は、以下の場合に実施可</p> <p>a. 体重を主に支えるダンサーは、倒立するダンサーが倒立状態を終えて床につくまでもしくは頭を上にした垂直姿勢に戻るまでの間、支え続けること</p> <p>b. 倒立するダンサーの腰の位置が、サポートダンサーの直立姿勢の肩の高さ以下であること</p> <p>リリース（離す・離れる・放つ）動作について</p> <p>⑥ サポートダンサーから、ジャンプ/リフト/ステップ/ブッシュオフなどで離れる動作は、以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない</p> <p>b. リリース後の最高点において、実施するダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない</p> <p>c. リリース後、直立姿勢の腰から肩の高さにある時は、うつ伏せ/逆さま姿勢を通過してはならない</p> <p>⑦ トスする動作は以下の場合に実施可</p> <p>a. サポートダンサーは、動作を行うダンサーの手・腕・体に常に接していなければならない</p> <p>b. トスの最高点において、トスされるダンサーの腰が、直立姿勢での肩の高さを超えてはならない</p> <p>c. 仰向け/逆さま姿勢の状態からトスされてはいけない</p> <p>d. トスされた後に、うつ伏せ/逆さま姿勢になってはいけない</p>

【補足】①手具・大道具の設置 演技中に使用する全ての手具・大道具は、選手自身でフロア内に運び入れ・設置・撤去できるものでなければならない



審査対象外部部門

■ Half-Time USA

■ Show-Time USA

◆学校団体対象◆ 審査対象外部部門(Half-Time USA/Show-Time USA) ルール

大会参加指針を理解した内容とし、安全面においては競技部門に準ずるものとする

- **出場対象**
 - ・中学校・高校・大学などの学校団体のチームとする(学校名でのエントリーが必須)
 - ※学校から承認を得ている部活もしくは団体であり、出場選手は2017年3月31日まで在学していること
 - ・3名以上で構成されていること
- **演技時間**
 - ・【Half-Time USA (Regionals)】2分00秒以内 / 【Show-Time USA (Nationals)】2分30秒以内
 - ・チーム名が読み上げられたら、メンバー全員で速やかにフロアに入場すること
 - ・フロアへの入場・退場は、各30秒以内に速やかに行うこと
- **演技内容**
 - ・使用楽曲は事前に歌詞内容を確認し、大会参加指針に沿って、適切であるかを見極めること
 - ※大会当日に大会運営側から使用楽曲の歌詞内容について確認要請があった場合には、その場で歌詞内容を確認できる資料(外国語の場合は、訳詞・原文の両方)を提出して頂きます。
 - 尚、訳詞内容のみならず、下品なスラングの入った楽曲の使用は禁止です。
 - ・音楽や振り付けは、全ての観客のために適切かつエンターテインメント性に富んでいなければならない
- **演技フロア**
 - ・奥行15m×幅20mとし、縦横の中央にラインを引く(白枠、縦横はその上に赤ライン)
 - ・演技に無関係なアイテムの演技フロアへの持ち込みは禁止(チームのぬいぐるみ、手具として使用しない小道具など)
 - ・メンバー全員で演技フロアに入場し、演技中の出入りは不可
 - ・全ての手具の設置は演技フロア内で行うこと(但し、使い終わった手具を投げ、演技フロア外に出るのは構わない)
 - ・演技者以外のフロアへの立ち入り及び演技者以外が演技に関わる行為は禁止(演技者以外の手具・大道具の設置補助や選手への指示出し等)

項目	内容
衣装 アクセサリ	①自由とするが、年齢に相応で全ての観客に対し適切な衣装とメイクを心がけること ②中学校・高校チームは、直立(腕を下ろした)姿勢で腹部まで覆われた衣装を着用すること ③短い丈のパンツ(一分丈)を衣装とする場合は、必ずタイツを着用すること ④男性は、シャツ(ノースリーブ可)を着用するか、前面のボタン・ファスナーをしめること
履物	自由とする(靴下やタイツのみは禁止・床を傷つける危険があるものは不可)
道具	自由とするが、演技中に使用する全ての手具・大道具は出場者自身でフロア内に運び入れ・設置・撤去できるものでなければならない
構成	自由とする(但し、以下タンブリング・スタンツ・ダンスリフトの内容は遵守すること)
セーフティ 全般	①安全性を考慮していない危険な行為、フロアを傷つける恐れのある行為は禁止 ②手具・衣装・その他アクセサリ・装飾品は演技中に落下しないように配慮しなければならない ③怪我等の事情で、硬く曲がらない・表面に凹凸があるギブス・コルセットをする際は適切な素材でカバーすること ④手に体重をあずける動作は、何も持っていない状態で実施しなければならない(例外:前転・後転) ⑤立位、逆さの体勢やターンから、膝・腿・座位・うつぶせ・仰向け・スプリットポジションの姿勢になる場合は、少なくとも片手または片足に先に体重が乗るように行うこと ⑥ジャンプ・空中から演技フロアへ着地する場合は、少なくとも片足に先に体重が乗るように行うこと
タンブリング	タンブリング(アクロバティック、体操的な技。フロア上から始まりフロア上で終わる個人で行えるもの)は、実施できるが推奨されない <有効技>に限り実施可(以下①~③を遵守しなければならない) ① 静止・歩行から実施可(走り込み・飛び込み・ホップなど勢をつけてからは不可) ② タンブリングは単発・コンビネーションともに実施可 ③ タンブリング中の人の上や下を、タンブリングしながら通過するのは禁止 <有効技> 前転、後転、ショルダーロール、側転、チェストロールダウン、倒立、頭支持倒立、立ちブリッジ、前/後方転回、ロンダート、キップアップ、ストール、ウインドミル ※有効技は片手での実施も可 ※手具を持った手に全体重をあずける動作は実施不可(前転・後転は持ったまま実施可) <禁止技> 上記以外全て ※【補足】①参照
スタンツ リフト	① スタンツの実施不可(人に完全に体重を寄せ、両足が床から離れる動作) ② ダンスリフトの実施不可(他者を持ち上げる・下ろす、または他者に持ち上げられる・下ろされる動作) ③ 人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可 人の上を通過する行為(背中を転がる・馬とびなど)は、補助されず自力で行う場合に限り実施可能

【補足①】 タンブリング禁止技……………有効技以外の全てのアクロバティック・体操的な技
<例> 前方・後方倒立回転跳び、前方・後方宙返り(伸身含)、飛び込み前転、側方宙返り、ヘッドスプリングなど



主催: United Spirit Association, Japan

〒101-0003 東京都千代田区一ツ橋2-6-8 トミービル3 3F

TEL: 03-5216-5545 FAX: 03-5216-5546 URL: <http://www.usa-j.jp/>