

<Youth 編成> Pom・Hip Hop・Jazz・Spiritleading 部門 演技規定変更のお知らせ

以下の内容は 2026 年度（2026 年 4 月～）開催の大会より適用される

※今回は、大幅な変更となる<リフト&パートナーリング>のみのお知らせとなりますので、
その他の変更事項は、2026 年 4 月以降のルールブックにて最新版をご確認ください
※これは Youth 編成のみに適用される内容です（Mini 編成は 2025 年度と変更なしの予定）

<現行ルール>

4. グループ/ペアで実施するもの（リフト&パートナーリング）

- ① 演技フロアに体の一部が触れている状態で、人に体重を預ける・寄りかかるなどは実施可
- ② 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 人に体重をかけて演技フロアから完全に離れる行為（背中を転がる・人の上に乗るなど）は、下記の条件を満たしている場合のみ実施可だが、推奨されない
 - a. 補助されず自力で行う事
 - b. フロアから離れた状態で、動きを止めない事（人にしがみついたまま、乗ったままの状態などは不可）
 - c. 演技フロアに着地するまで体重をかけている相手と触れ続ける事
 - d. 腰が頭を超える回転を含む動作は実施不可

2026 年度からの<リフト&パートナーリング>ルール

<ダンスリフト・パートナー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>

- ① 動作を行うダンサーは、演技フロア上に直接触れているダンサーから支えられなければならない
- ② 最低 1 名は、常に動作を行うダンサーとお互いが触れている状態にすること（例外：馬とび）
- ③ 動作を行うダンサーの腰が頭の高さ以下であること
- ④ 動作を行うダンサーは、演技フロアから持ち上げられた状態で逆さま姿勢になってはいけない
- ⑤ 動作を行うダンサーは、腰が頭を超える回転をすることは不可
- ⑥ パートナリング（ペアワーク）において、動作を行うダンサーが演技フロアから離れる場合は身体が接触がヒップレベル（腰の高さ）以下であること