

## USA Regionals 2021 大会ルールについての Q&A

### (全般)

- Q. マスクを着用して演技してもよいですか？
- A. 大会演技でのマスク着用は問題ありません。  
マスク着用による減点もございません。
- Q. もし選手同士の間隔が 2m 空いていないようなところが一瞬であった場合、減点の対象になるのでしょうか？
- A. 選手同士の間隔は 2M 程度を目安としています。厳密に 2M を確認し、即減点対象になるわけではありませんが、移動時の選手同士の間隔も含め、演技中は常にソーシャルディスタンスを保ってください。
- Q. 現在、コロナ対策のため運動場等の外で練習しています。映像提出は室内での撮影が必須でしょうか？
- A. 撮影場所の指定はございません。ただし、演技を行うにあたって安全な場所での撮影をお願い致します。撮影方法については、出場チーム向けに追って詳細をご案内いたします。
- Q. ユニフォームがまだ揃っていない状態です。ユニフォームでないと減点になりますか？
- A. 競技規定・演技規定の衣装に該当するルールに違反がなければ問題ございません。

### (Cheerleading 部門)

- Q. マット 1 本の幅 (1.8M) はソーシャルディスタンスを保った状態 (選手同士の間隔が 2M 程度) になりますか？
- A. マット 1 本分の幅で約 2M 程度離れた状態とみなします。
- Q. バック転やウォークオーバーはマットが必要ですか？
- A. マットは必須ではありません。  
マットが必要なのはツイスト (身体の垂直軸に沿った回転。(垂直軸=頭からつま先までの軸) を含むタンブリング技 (アラビアン、フルツイストレイアウト等) のみです。  
なお側転およびロンダート、着手なし側転もツイストを含む技ですが、例外としてマットがなくても実施が可能です。
- Q. マットが必要なタンブリング技をする場合、チアマットである必要がありますか？
- A. チアマットでなくても問題ありません。体操用のマットでも実施可能です。

Q. 2メートル離れた人と人の間を、タンブリングで通り抜けることは可能でしょうか？

A. 一時的なフォーメーションチェンジやタンブリングにおいても、  
全ての演技は選手同士の間隔が2M程度離れた状態で行っていただきますので、  
選手間の距離は2M程度を目安に確保いただきます様、お願い致します。

Q. 演技時間が2分以内とのことですが、例えば1分でも構わないという認識で正しい  
でしょうか？

A. 演技時間の下限はございません。

### **(Dance 部門)**

Q. Junior/Senior/Open 編成のタンブリングの実施で、今年から「側宙」はできないのですか？

A. 実施可能です。今年のルールで赤字表記の「b.空中に浮く技で、手の支持がないものは  
実施不可」の一文は、① 逆さま状態になる技 の項目です。

側宙は、回転を伴う動作になりますので ② 腰が頭を超える回転を含む技 に該当します。

---

### 【お問い合わせ】

■チアリーディング部門の規定に関するお問い合わせ：[usa-cheerrule@cheer-edu.org](mailto:usa-cheerrule@cheer-edu.org)

■ダンス部門（上記以外の部門）の規定に関するお問い合わせ：[usa-dance@cheer-edu.org](mailto:usa-dance@cheer-edu.org)

一般社団法人 Cheer&Dance Education  
United Spirit Association, Japan