

**VARSIY ALL STAR  
スコアリングシステム  
〈Cheerleading〉**

2021/10/11 作成



## 目次

- ・スコア構成
  
- ・スコアリングガイドライン  
《Cheerleading》
  - BUILDING (ビルディング) Level 1～4
  - BUILDING (ビルディング) Level 6&7 Worlds対象
  - TUMBLING (タンブリング) Level 1～4
  - TUMBLING (タンブリング) Level 6&7 Worlds対象
  - OVERALL (全般)
  - EXECUTION (実施点)
  
- ・レベル該当スキル例一覧
  - STUNTS (スタンツ)
  - TOSSES (トス)
  - TUMBLING (タンブリング)
  
- ・減点システム
  
- ・2022 Regionals変更点



**VARSITY ALL STAR スコアリングシステム**  
**CHEERLEADING 部門**  
**LEVEL1/LEVEL2 Mini スコア構成**

<b>B U I L D I N G</b>	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STUNTS スタント	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	PYRAMIDS ピラミッド	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	SKILLS	TOTAL		
	STUNT/COED QUANTITY スタント/コエド 基数	<b>5.0</b>	5.0	

<b>T U M B L I N G</b>	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	JUMPS ジャンプ	<b>10.0</b>	5.0	5.0

<b>O V E R A L L</b>		TOTAL	
	STUNT CREATIVITY スタントの創造性	<b>2.5</b>	2.5
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	<b>2.5</b>	2.5
	DANCE ダンス	<b>10.0</b>	10.0
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	<b>10.0</b>	10.0
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	<b>10.0</b>	10.0

TOTAL SCORE

**90**



**VARSITY ALL STAR スコアリングシステム**  
**CHEERLEADING 部門**  
**LEVEL2(Mini 編成以外)/LEVEL3 スコア構成**

<b>B U I L D I N G</b>	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STUNTS スタッツ	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	PYRAMIDS ピラミッド	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	TOSSES トス	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	SKILLS	TOTAL		
	STUNT/COED QUANTITY スタッツ/コエド 基数	<b>5.0</b>	5.0	

<b>T U M B L I N G</b>	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	<b>10.0</b>	5.0	5.0
	JUMPS ジャンプ	<b>10.0</b>	5.0	5.0

<b>O V E R A L L</b>	SKILLS	TOTAL	
	STUNT CREATIVITY スタッツの創造性	<b>2.5</b>	2.5
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	<b>2.5</b>	2.5
	DANCE ダンス	<b>10.0</b>	10.0
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	<b>10.0</b>	10.0
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	<b>10.0</b>	10.0

TOTAL SCORE

**100**



VARSITY ALL STAR スコアリングシステム  
**CHEERLEADING 部門**  
**LEVEL4・6・7 スコア構成**

B U I L D I N G	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%
	STUNTS スタッツ	5.0	13.28%	5.0	13.28%
	PYRAMIDS ピラミッド	5.0	13.28%	5.0	13.28%
	TOSSES トス	5.0	3.53%	5.0	3.53%
	SKILLS		%		
	STUNT/COED QUANTITY スタッツ/コエド 基数	5.0	6.53%	<b>BIULDING TOTAL</b>	<b>35.0</b>

T U M B L I N G	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	5.0	2.22%	5.0	2.22%
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	5.0	2.22%	5.0	2.22%
	JUMPS ジャンプ	5.0	2.22%	5.0	2.22%
				<b>TUMBLING TOTAL</b>	<b>30.0</b>

O V E R A L L	SKILLS		%		
	STUNT CREATIVITY スタッツの創造性	2.5	2.50%		
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	2.5	2.50%		
	DANCE ダンス	10.0	5.00%		
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	10.0	5.00%		
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	10.0	5.00%	<b>OVERALL TOTAL</b>	<b>35.0</b>

TOTAL SCORE

<b>100</b>	100.0%
------------	--------



**VARSITY ALL STAR スコアリングシステム**  
**CHEERLEADING 部門**  
**LEVEL6 Non Tumbling スコア構成**

<b>B U I L D I N G</b>	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%
	STUNTS スタント	5.0	14.54%	5.0	14.54%
	PYRAMIDS ピラミッド	5.0	14.54%	5.0	14.54%
	TOSSES トス	5.0	4.80%	5.0	4.80%
	SKILLS		%		
	STUNT/COED QUANTITY スタント/コエド 基数	5.0	7.80%	<b>BIULDING TOTAL</b>	<b>35.0</b>

<b>T U M B L I N G</b>	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%	
	JUMPS ジャンプ	5.0	2.22%	5.0	2.22%	
					<b>TUMBLING TOTAL</b>	<b>10.0</b>

<b>O V E R A L L</b>	SKILLS		%		
	STUNT CREATIVITY スタントの創造性	2.5	2.50%		
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	2.5	2.50%		
	DANCE ダンス	10.0	5.00%		
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	10.0	5.00%		
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	10.0	5.00%	<b>OVERALL TOTAL</b>	<b>35.0</b>

TOTAL SCORE

<b>80</b>	100.0%
-----------	--------

CHEERLEADING - BUILDING (ビルディング) Level 1~4-

STUNT DIFFICULTY (スタント難易度)		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行っている
4.0 - 4.5	MID	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行い、その中の1種類がEliteレベル該当スキルである
4.5 - 5.0	HIGH	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行い、その中の2種類がEliteレベル該当スキルである

PYRAMID DIFFICULTY (ピラミッド難易度)		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する2種類の異なるスキルが行われている
4.0 - 4.5	MID	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する3種類の異なるスキルが行われている
4.5 - 5.0	HIGH	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する4種類の異なるスキルが行われている

TOSS DIFFICULTY (トス難易度)	
4.0	チームの過半数に満たない選手によってトスが行われている
4.5	レベルに該当するトスがチームの過半数の選手によって行われている
5.0	レベルに該当するトスがチームの過半数の選手によって、同じセクションの中でリプルまたはシンクロして行っている

スキルはポップまたはトランジション開始から次の技に移行するまでの間、しっかりコントロールされているもののみ評価される。

<BODY POSITION>

・リパティおよびプラットフォームはボディポジションとはみなさない。

・ボディポジションの例:

ヒールストレッチ、ボアードアロー、アラバスク、スケール、スコピオン

DIFFICULTY DRIVERS (難易度判断要素)
<ul style="list-style-type: none"> <li>スキルの難易度</li> <li>チームの人数に対してスキルに関わっているメンバーの割合</li> <li>スキルのコンビネーション(レベル該当、レベル該当ではないに関わらず)</li> <li>スキルを実施した際のベース</li> </ul>

BUILDING QUANTITY CHART (基数チャート)		
チームの選手数	過半数 (MAJORITY)	大多数 (MOST)
5 - 11	1	1
12 - 15	1	2
16 - 19	2	3
20 - 23	3	4
24 - 30	4	5
31 - 38	5	6

<SAME SECTION>

同一選手が複数の基に携わるのは不可

COED QUANTITY CHART (男女混成スタント基数チャート)	
男性選手の人数	スタント基数
1 - 3	1
4人以上	2

STUNTS QUANTITY (スタント基数)	
※スタントグループ4人以上1組で、リプルまたはシンクロかつ同一選手が複数の基に携わらずに行っている基数	
4.0	レベル該当スキルのスタントを行っている基がチームの過半数(MAJORITY)未滿
4.2	チームの過半数(MAJORITY)の基数でレベル該当スキルのスタントを行っている
4.4	チームの大多数(MOST)の基数でレベル該当スキルのスタントを行っている
4.6	チームの過半数(MAJORITY)未滿の基数で同じEliteレベル該当スキルのスタントを行っている
4.8	チームの過半数(MAJORITY)の基数で同じELITEレベル該当スキルのスタントを行っている
5.0	チームの大多数(MOST)の基数で同じELITEレベル該当スキルのスタントを行っている

COED QUANTITY (男女混成スタント数)
・Level3-4 Senior編成の男女混成チーム、Level4 Open編成の男女混成チームはこの基準が適用となる
・COED QUANTITY(男女混成スタント数)にリストされているスキルのみがこのスコアを獲得するために必要なスキルとなる

COED QUANTITY (男女混成スタント数) * LEVEL 3&4 SENIOR編成チーム		
※スタントグループ3人1組で、リプルまたはシンクロかつ同一選手が複数の基に携わらずに行っている基数。スタントは4カウント支持必須		
	補助ありのCO-EDスタイル	補助なしのCO-EDスタイル
3.5	行われたスキルが4.0の条件を満たしていない	
4.0	ウォークイン・ハンド、トス・ハンド	行われたスキルが4.4の条件を満たしていない
4.2	ウォークイン・ハンドプレス・エクステンション、トス・ハンドプレス・エクステンション	
4.4	ウォークイン両足エクステンション、トス両足エクステンション(Level4のみ)、ウォークイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション、トスイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション	ウォークイン・ハンド、トス・ハンド
4.6	ウォークイン片足/片手エクステンション、トス片足/片手エクステンション(Level4のみ)	ウォークイン・ハンドプレス・エクステンション、トス・ハンドプレス・エクステンション
4.8	ウォークイン両足エクステンション、トス両足エクステンション(Level4のみ)、ウォークイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション、トスイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション	ウォークイン両足エクステンション、トス両足エクステンション(Level4のみ)、
5.0	ウォークイン片足/片手エクステンション、トス片足/片手エクステンション(Level4のみ)	ウォークイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション、トスイン・ハンドプレス片足/片手エクステンション、ウォークイン片足/片手エクステンション、トス片足/片手エクステンション(Level4のみ)

COED STYLE (CO-EDスタイル)
・ベース、トッパーソン、スポッターで構成される
・乗せ方はトスまたはウォークインのみ
・すべての基が同じ乗せ方をしていること補助ありと補助なしが混在する場合は、「補助あり」で行ったときとみなされる
トス: トップは両足が演技フロアに乗っている状態で、ベースの手はトップの腰に触れた状態で開始する
ウォークイン: トップとベースはお互いに向き合い、片足乗り込みで開始する
・ベースはスタントの下で直接支えなくてはならない
・ベースとスポッターが向き合って支えてはならない
・男女混成スタントはデスマウントまたはポップオフで競技フロアに着地するまでの間、しっかりコントロールされているもののみ評価される

「補助なし」と認定されるためには、クレイドルまたは演技フロアへのデスマウントまで、補助なしで行われていなければならない。

CHEERLEADING -BUILDING (ビルディング) Level 6&7 Worlds対象-

STUNT DIFFICULTY (スタント難易度)		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行っている
4.0 - 4.5	MID	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行い、その中の1種類がEliteレベル該当スキルである
4.5 - 5.0	HIGH	チームの大多数(MOST)がレベルに該当する4種類の異なるスキルを行い、その中の2種類がEliteレベル該当スキルである

PYRAMID DIFFICULTY (ピラミッド難易度)		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する2種類の異なるスキルが行われている
4.0 - 4.5	MID	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する3種類の異なるスキルが行われている
4.5 - 5.0	HIGH	チームの大多数(MOST)によって構成された2種類のピラミッドと、レベルに該当する4種類の異なるスキルが行われている

TOSS DIFFICULTY (トス難易度)	
4.0	チームの過半数に満たない選手によってトスが行われている
4.5	レベルに該当するトスがチームの過半数の選手によって行われている
5.0	レベルに該当するトスがチームの過半数の選手によって、同じセクションの中でリプルまたはシンクロして行っている

<SAME SECTION>

同一選手が複数の基に携わるのは不可

LEVEL7 STUNTSについて:

STUNT DIFFICULTYにおいて、すべてのLEVEL7該当スキルおよびLEVEL6該当スキルがLEVEL7のレベル該当スキルとみなす。

ただし、Highレンジには2種類以上の異なるLEVEL7該当スキルが必要。スキルはポップまたはトランジション開始から次の技に移行するまでの間、しっかりコントロールされているもののみ評価される。

<BODY POSITION>

・リパティおよびプラットフォームはボディポジションとはみなさない。

・ボディポジションの例:

ヒールストレッチ、ポーアンドアロー、アラベスク、スケール、スコピオン

DIFFICULTY DRIVERS (難易度判断要素)
<ul style="list-style-type: none"> <li>スキルの難易度</li> <li>チームの人数に対してスキルに関わっているメンバーの割合 シングルベースCOEDスタイルスタントも含む</li> <li>スキルのコンビネーション(レベル該当、レベル該当ではないに関わらず)</li> <li>スキルを実施した際のベース</li> </ul>

BUILDING QUANTITY CHART (基数チャート)		
チームの選手数	過半数 (MAJORITY)	大多数 (MOST)
5 - 11	1	1
12 - 15	1	2
16 - 19	2	3
20 - 23	3	4
24 - 30	4	5
31 - 38	5	6

COED QUANTITY CHART (男女混成スタント基数チャート)	
男性選手の人数	スタント基数
1 - 3	1
4 - 5	2
6 - 7	3
8 - 9	4
10 - 11	5
12 - 13	6
14 - 19	7

STUNTS QUANTITY (スタント基数)	
※スタントグループ4人以上1組で、リプルまたはシンクロかつ同一選手が複数の基に携わらずに行っている基数	
4.0	レベル該当スキルのスタントを行っている基がチームの過半数(MAJORITY)未済
4.2	チームの過半数(MAJORITY)の基数でレベル該当スキルのスタントを行っている
4.4	チームの大多数(MOST)の基数でレベル該当スキルのスタントを行っている
4.6	チームの過半数(MAJORITY)未済の基数で同じEliteレベル該当スキルのスタントを行っている
4.8	チームの過半数(MAJORITY)の基数で同じELITEレベル該当スキルのスタントを行っている
5.0	チームの大多数(MOST)の基数で同じELITEレベル該当スキルのスタントを行っている

COED QUANTITY (男女混成 スタント数)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Level 6, Level 6 Non Tumbling, Level 7 Open編成の男女混成チームはこの基準が適用となる</li> <li>COED QUANTITY(男女混成スタント数)にリストされているスキルのみがこのスコアを獲得するために必要なスキルとなる</li> </ul>

COED QUANTITY (男女混成スタント数) *LEVEL6&6NT&7 Open編成チーム		
※スタントグループ3人1組で、リプルまたはシンクロかつ同一選手が複数の基に携わらずに行っている基数、スタントは4カウント支持必須		
	補助ありのCO-EDスタイル	補助なしのCO-EDスタイル
3.5	行われたスキルが4.0の条件を満たしていない	
4.0	ウォークイン両足エクステンション、トス両足エクステンション、ウォークイン ハンドプレス片足/片手エクステンション、トス ハンドプレス片足/片手エクステンション	行われたスキルが4.2の条件を満たしていない
4.2	ウォークイン片足/片手エクステンション、トス片足/片手エクステンション	ウォークイン ハンドプレスエクステンション、トス ハンドプレスエクステンション
4.4	トス1/4-3/4ツイスト片足エクステンション	ウォークイン両足エクステンション、トス両足エクステンション、ウォークイン ハンドプレス片足/片手エクステンション、トス ハンドプレス片足/片手エクステンション
4.6	トス片手スタント、トス フルアップ エクステンション、前方転回からトス1/2ツイストアップ エクステンション	ウォークイン片足/片手エクステンション、トス片足エクステンション
4.8		トス 1/4-3/4ツイスト片足エクステンション
5.0		トス片足エクステンション、トス片手エクステンション、トス フルアップエクステンション、前方転回からトス1/2ツイストアップエクステンション リワードからエクステンションスタント

COED STYLE (CO-EDスタイル)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ベース、トップパーソン、スポッターで構成される</li> <li>乗せ方はトスまたはウォークインのみ</li> <li>すべての基が同じ乗せ方をしていること補助ありと補助なしが混在する場合は、「補助あり」で行ったとみなされる</li> <li>トス: トップは両足が演技フロアに乗っている状態で、ベースの手はトップの腰に触れた状態で開始する</li> <li>ウォークイン: トップとベースはお互いに向き合い、片足乗り込みで開始する</li> <li>ベースはスタントの下で直接支えなくてはならない</li> <li>ベースとスポッターが向き合って支えてはならない</li> <li>男女混成スタントはデスマウントまたはポップオフで競技フロアに着地するまでの間、しっかりコントロールされているもののみ評価される</li> </ul>

「補助なし」と認定されるためには、クレイドルまたは演技フロアへのデスマウントまで、補助なしで行われていなければならない。



CHEERLEADING -TUMBLING (タンブリング)- Level 1~4

STANDING TUMBLING DIFFICULTY (立位タンブリング難易度)

3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	大多数(MOST)の選手がレベル該当スキルのタンブリングパスを行っている
4.0 - 4.5	MID	過半数(MAJORITY)の選手が同じレベル該当スキルのタンブリングパスを開始からシンクロして行っている
4.5 - 5.0	HIGH	大多数(MOST)の選手が同じレベル該当スキルのタンブリングパスを開始からシンクロして行い、さらに過半数(MAJORITY)の選手がレベル該当スキルのタンブリングを行っている

RUNNING TUMBLING DIFFICULTY (走り込みタンブリング難易度)

3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	過半数(MAJORITY)に満たない選手がレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている
4.0 - 4.5	MID	過半数(MAJORITY)の選手がレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている
4.5 - 5.0	HIGH	大多数(MOST)の選手がレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている

過半数(MAJORITY) / 大多数(MOST)人数チャート

選手数	過半数 (MAJORITY)	大多数 (MOST)
5 - 7	2	4
8 - 9	4	5
10 - 15	6	7
16 - 19	8	9
20 - 25	10	13
26 - 30	14	16
31 - 38	15	18

DIFFICULTY DRIVERS (難易度判断要素)

- ・スキルの難易度
- ・チームの人数に対してスキルに関わっているメンバーの割合
- ・スキルのコンビネーション
- ・タンブリングパスのシンクロ性
- ・タンブリングパスのバリエーション

STANDING TUMBLING DIFFICULTY (立位タンブリング難易度)

- LEVEL1~4の立位タンブリングにおいて、本数を入れ過ぎる演技を避けるために、HIGHレンジの場合は、以下の判断要素でレンジ内の得点を決定する
- ・タンブリングパスの難易度
  - ・タンブリングパスのバリエーション
  - ・シンクロが必須ではないグループタンブリングorシンクロタンブリングの量

STANDING TUMBLING / RUNNING TUMBLING (立位タンブリング / 走り込みタンブリング)

- ・LEVEL1~4のHIGHレンジ獲得条件において、1回のシンクロタンブリングパスで、大多数(MOST)の選手で行われたタンブリングパスとさらに過半数(MAJORITY)の選手が行ったタンブリングパスの両方の評価を同時にされることはなく、どちらか一方の評価となる
- ・足で着地しないタンブリングパスは難度点を評価する中でレベル該当技とはみなされない (例:ジャンプして3/4フロントフリップから座り姿勢で着地、バック転からうつぶせ姿勢でキャッチ等、はレベル該当のタンブリングパスとは認められない)
- ・タンブリングパスの間に実施されるジャンプスキルはタンブリングパスの一部であり、そこでパスが途切れるのではない (例:トータッチ→バック転→トータッチ→バック転はLEVEL3において1回のタンブリングパスとみなす)
- ・Tジャンプはジャンプスキルとみなされないため、タンブリングパスの区切りとみなし、その前後は2つの別のタンブリングパスになる
- ・ロンダートの後に連続して技を行うのはLEVEL1では違反技だが、LEVEL2のレベル該当スキルとはみなされない
- ・バック転ステップアウトから1/2ターンして技を行うのはLEVEL2では違反技だが、LEVEL3のレベル該当スキルとはみなされない
- ・パンチフロントからの前転はLEVEL4のレベル該当スキルとはみなされない

JUMP DIFFICULTY (ジャンプ難易度)

※ジャンプのアプローチは、すべてウィップアプローチでなければ連続ジャンプと認められない。

3.5	行われたスキルが4.0の条件を満たしていない
4.0	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプを1回跳んでいる
4.5	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプの2連続コンビネーションを跳んでいる -シンクロジャンプであり、ジャンプにバリエーションが含まれている Mini編成: 大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプを2回跳んでいて、シンクロジャンプである必要はあるが、連続ジャンプ・バリエーションを含まなくてもよい
5.0	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプの3連続コンビネーションまたは2連続コンビネーションに加えアドバンスジャンプを1回跳んでいること -シンクロジャンプであり、ジャンプにバリエーションが含まれている Mini編成: 大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプを3回跳んでいて、シンクロジャンプである必要はあるが、連続ジャンプ・バリエーションを含まなくてもよい

JUMPS (ジャンプ)

- ・「バリエーション」とは2種類以上の異なるジャンプ。脚が異なる同一ジャンプはバリエーションとはみなされない。(例:右足/左足サイドハードラー)
- ・足で着地しないジャンプは難度点を評価する中でジャンプ技とはみなされない。(例:ジャンプから膝や座り姿勢で着地等、はジャンプ技とは認められない)
- ・ベーシックジャンプ:  
スプレッドイーグル、タックジャンプ
- ・アドバンスジャンプ:  
パイク、左脚/右脚ハードラー(フロントまたはサイド)、トウタッチ

CHEERLEADING -TUMBLING (タンブリング)- Level 6&7 Worlds対象

STANDING TUMBLING DIFFICULTY (立位タンブリング難易度) 同じセクション:演技の中で一連のスキルセットが実施されるシーンを1セクションとする		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	大多数(MOST)の選手がレベル該当スキルのタンブリングパスを行っている
4.0 - 4.5	MID	過半数(MAJORITY)の選手がELITEレベル該当スキルのタンブリングパスを行っている
4.5 - 5.0	HIGH	大多数(MOST)の選手が同じセクションで、ELITEレベル該当スキルのタンブリングパスを行っている

RUNNING TUMBLING DIFFICULTY (走り込みタンブリング難易度)		
3.0 - 3.5	BELOW	行われたスキルがLowの条件を満たしていない
3.5 - 4.0	LOW	過半数(MAJORITY)の選手がレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている
4.0 - 4.5	MID	大多数(MOST)の選手がレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている
4.5 - 5.0	HIGH	過半数(MAJORITY)の選手がELITEレベルに該当するタンブリングパスを1回行っている

過半数(MAJORITY) / 大多数(MOST)人数チャート		
選手数	過半数(MAJORITY)	大多数(MOST)
5 - 7	2	4
8 - 9	4	5
10 - 15	6	7
16 - 19	8	9
20 - 25	10	13
26 - 30	14	16
31 - 38	15	18

DIFFICULTY DRIVERS (難易度判断要素)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・スキルの難易度</li> <li>・チームの人数に対してスキルに関わっているメンバーの割合</li> <li>・スキルのコンビネーション</li> <li>・タンブリングパスのシンクロ性</li> <li>・タンブリングパスのバリエーション</li> </ul>

STANDING TUMBLING / RUNNING TUMBLING (立位タンブリング / 走り込みタンブリング)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・足で着地しないタンブリングパスは難度点を評価する中でレベル該当技とはみなされない。 (例:ジャンプして3/4フロントフリップから座り姿勢で着地、バック転からうつぶせ姿勢でキャッチ等、はレベル該当のタンブリングパスとは認められない)</li> <li>・立位タンブリングにおいて、タックの後に連続して技を行うのはLEVEL4では違反技だが、LEVEL6のレベル該当スキルとはみなされない (例:バック転→タック→バック転→タック)</li> <li>・タンブリングパスの間に実施されるジャンプスキルはタンブリングパスの一部であり、そこでパスが途切れるのではない。 (例:トータッチ→バック転→トータッチ→バック転→フルは1回のタンブリングパスとみなす)</li> <li>・ジャンプはジャンプスキルとみなされないため、タンブリングパスの区切りとみなし、その前後は2つの別のタンブリングパスになる。</li> </ul>

JUMP DIFFICULTY (ジャンプ難易度) ※ジャンプのアプローチは、すべてウィップアプローチでなければ連続ジャンプと認められない。	
3.5	行われたスキルが4.0の条件を満たしていない
4.0	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプを1回跳んでいる
4.5	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプの2連続コンビネーションを跳んでいる —シンクロジャンプであり、ジャンプにバリエーションが含まれている
5.0	大多数(MOST)の選手がアドバンスジャンプの3連続コンビネーション または 2連続コンビネーションに加えアドバンスジャンプを1回跳んでいること —シンクロジャンプであり、ジャンプにバリエーションが含まれている

JUMPS (ジャンプ)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・「バリエーション」とは2種類以上の異なるジャンプ。脚が異なる同一ジャンプはバリエーションとはみなされない (例:右足/左足サイドハードラー)</li> <li>・足で着地しないジャンプは難度点を評価する中でジャンプ技とはみなされない (例:ジャンプから膝や座り姿勢で着地等、はジャンプ技とは認められない)</li> <li>・ベーシックジャンプ: スプレッドイーグル、タックジャンプ</li> <li>・アドバンスジャンプ: パイク、左脚/右脚ハードラー(フロントまたはサイド)、トウタッチ</li> </ul>

CHEERLEADING -OVERALL (全般)-

STUNT CREATIVITY (スタントの創造性)	
2.0 - 2.5	スタントスキルに組み込まれている視覚的・独創的・革新的なアイデアを評価 レベル該当スキルもレベル該当以外のスキルも含む 乗せ方・トランジション・降ろし方を含む

PYRAMID CREATIVITY (ピラミッドの創造性)	
2.0 - 2.5	ピラミッドスキルに組み込まれている視覚的・独創的・革新的なアイデアを評価 レベル該当スキルもレベル該当以外のスキルも含む 乗せ方・トランジション・降ろし方を含む

DANCE (ダンス)	
9.0 - 10.0	チームがハイレベルなエナジーで、以下の要素を組み入れてエンターテインメント性を表現できているか DIFFICULTY(難度):視覚効果、レベルチェンジ、フォーメーションチェンジ、フットワーク、フロアワーク、パートナーワーク、ベース EXECUTION(実施):テクニク、完成度、モーションの強さ/位置、シンクロ性

ROUTINE COMPOSITION (演技構成)	
9.0 - 10.0	演技全体を通じた以下のテクニックについて評価する 正確なスペーシング・フォーメーション・トランジション 革新的で視覚的で複雑なアイデア、全体の印象を高めるためのスキルの組み入れ、についても評価される

OVERALL IMPRESSION (全体印象)	
9.0 - 10.0	エナジー、心からの熱意、ショーマンシップ、アイコンタクトを含む、すべてのカテゴリーを通して行われた演技の全体印象 このカテゴリーにおいて表情は評価されない、よってマスク着用時の減点も行われない 演技全体を通して、スポーツマンシップに則った適切な表現ができているかも評価される

CHEERLEADING -EXECUTION(実施点)-

EXECUTION (実施点)

3.5 - 5.0	<p>全てのスキルは優れたテクニックで実施されることが期待されている チームのEXECUTION(実施点)は該当のスキルを行っているすべての選手の実施によって決定される</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スコアは5.0点から開始し、それぞれのDRIVER(判断要素)について求められるテクニックが足りない場合、0.1、0.2または0.3点のいずれか減点される</li> <li>・0.1 - テクニックの問題が若干見られる、ただし、一人の選手のみテクニックの問題で減点はされない</li> <li>・0.2 - テクニックの問題が複数箇所見られる</li> <li>・0.3 - テクニックの問題が大部分で見られる</li> <li>・1つのDRIVER(判断要素)から0.3点以上の減点はされない</li> <li>・スタイルの違いはテクニックスコアには影響しない</li> </ul>
-----------	---

STUNT/PYRAMID DRIVERS (スタンツ/ピラミッド判断要素) DRIVERにはそれぞれ以下の判断要素例が含まれる(ただし、これだけに限定しない)	
トップ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボディーコントロール</li> <li>・均一な柔軟性</li> <li>・モーションの位置</li> <li>・膝のロック、脚・つま先の伸び</li> </ul>
ベース/スポッター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スタンツの安定感</li> <li>・安定したスタンス</li> <li>・ベース間の位置(トップの肩幅)</li> <li>・足元の安定性</li> </ul>
トランジション	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マウント/乗せ方</li> <li>・ディスマウント/下ろし方</li> <li>・スキル間のスピード/コントロール/フロー</li> </ul>
シンクロ性(*)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タイミング</li> </ul>
明らかなミス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・0.2点:2か所のミス (軽微なミス(**)、スタンツの失敗、落下)</li> <li>・0.3点:3か所以上のミス (軽微なミス(**)、スタンツの失敗、落下)</li> </ul>

TOSS DRIVERS (トス判断要素) DRIVERにはそれぞれ以下の判断要素例が含まれる(ただし、これだけに限定しない)	
トップ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボディーコントロール</li> <li>・それぞれのスキル/技の確実な実施</li> <li>・膝のロック、脚・つま先の伸び</li> <li>・腕の位置</li> </ul>
ベース/スポッター	<ul style="list-style-type: none"> <li>・投げ上げる際の脚と腕の連動性</li> <li>・安定したスタンス</li> <li>・ベース間の位置(トップの肩幅)</li> <li>・タイミング</li> </ul>
高さ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トスに関わるベースの数に応じて考慮する</li> </ul>
クレイドル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腕を高く上げているか</li> <li>・キャッチを吸収するために脚を使っているか</li> <li>・ベース間が肩幅より広がっていないか</li> <li>・コントロールできているか</li> </ul>
明らかなミス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・0.3点:トスの失敗、落下</li> </ul>

(\*)スタンツ、ピラミッドシーンで、レベル該当スキル/トランジションを2基以上で行っているシーンがない場合、シンクロ性のDriverは必ず0.3点減点される

(\*\*)軽微なミス:スタンツ/ピラミッドで失敗しそうな揺れなどがあったが、実際には、失敗、落下はしなかったケース

トスが1基しか演技に入っていない場合、テクニックの問題の深度に関わらず、各DRIVERからの減点は一律0.3点

STANDING/RUNNING TUMBLING DRIVERS (立位/走り込みタンブラリング判断要素) DRIVERにはそれぞれ以下の判断要素例が含まれる(ただし、これだけに限定しない)	
アプローチ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タンブラリング技/パスに入る際の腕の位置</li> <li>・腕の振り</li> <li>・胸の位置</li> <li>・タンブラリングパス中の連続した技の流れ</li> </ul>
スピード	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タンブラリング技/パスを通して一定のスピードを保っている または徐々にスピードがアップしている</li> <li>・タンブラリング技/パスのつながり</li> </ul>
ボディーコントロール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・頭の位置</li> <li>・スキル実施中の腕/肩の位置</li> <li>・腰</li> <li>・スキル実施中の脚の位置</li> <li>・つま先が伸びているか</li> </ul>
着地	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コントロールされているか</li> <li>・脚/足が閉じているか</li> <li>・胸の位置</li> <li>・タンブラリング技/パスをクリアに完了しているか</li> <li>・ツイスト回転不足</li> </ul>
シンクロ性(*)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タイミング</li> </ul>

(\*)レベル該当スキルのタンブラリングパスをグループでシンクロで2本以上で行っていない場合、シンクロ性のDriverは必ず0.3点減点される

JUMP DRIVERS (ジャンプ判断要素) DRIVERにはそれぞれ以下の判断要素例が含まれる(ただし、これだけに限定しない)	
アプローチ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・統一感のある入り方</li> <li>・腕の振り</li> </ul>
腕の位置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャンプ中の腕の位置</li> </ul>
脚の位置	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脚がまっすぐ伸びているか</li> <li>・つま先が伸びているか</li> <li>・腰の位置/回転</li> <li>・脚が高く上がっているか</li> <li>・ジャンプの高さ</li> </ul>
着地	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脚/足が閉じているか</li> <li>・胸の位置</li> </ul>
シンクロ性	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タイミング</li> </ul>

レベル該当スキル例 -STUNTS-

このドキュメントはレベル該当スキルの一例を掲載しています。コーチは自チームのルーティーンに含まれている技がUSASF/IASFセーフティールールに準拠していることを確認する責任があります。このドキュメントはシーズン中に更新される可能性がありますので、常に最新のものを確認をお願いします。

LEVEL 1

	INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル
レベル 該当 スキル	◆グランドレベルでのインバージョン	◆スイッチアップからプレップレベルより低い位置でのリパティ ◆スイッチアップからプレップレベルより低い位置でのボディポジション ◆プレップレベルより低い位置でのティックトック(リパティ⇒リパティ) ◆プレップレベルより低い位置でのティックトック(リパティ⇒ボディポジション)	◆1/4ツイスト・トランジションからプレップレベルより低いスタンツ ◆1/4ツイストダウンしてグランドレベル ◆プレップレベルからの1/4ツイスト・トランジション	◆ステップ・ダウン ◆ストレート・クレイドル	◆背面スタンド ◆プレップレベルのショー&ゴー ◆ストラドル・シット ◆フラットバック ◆ストラド・シット・エクステンション ◆プレップレベルより低い位置での片足スタンツ ◆フラットバック・エクステンション ◆プレイサー付のプレップレベルでの片足スタンツ ◆プレップレベル⇒うつ伏せ姿勢 ◆プレップレベルより低いシングルベース片足スタンツ ◆ショルダーシット ◆チェアー ◆ショルダースタンド ◆同時に行われた2技以上のレベル 該当スキルのコンビネーション ◆プレイサー付で行うプレップレベルより低い位置からプレップレベルへのボディポジションスタンツ
Elite レベル 該当 スキル		◆プレップレベルより低い位置でのティックトック(ボディポジション⇒ボディポジション) ◆プレイサー付で行うプレップレベルでのティックトック(ボディポジション⇒ボディポジション)	◆1/4ツイスト・トランジションからプレップ		◆プレイサー付で行う1/4ツイスト・トランジションからプレップレベルでの片足スタンツ

LEVEL 2

	INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル
レベル 該当 スキル	◆グランドレベルでのインバージョンからプレップレベルより低いスタンツ ◆グランドレベルでのインバージョンからプレップレベル	◆スイッチアップからプレップレベルのリパティ ◆プレップレベルでのティックトック(リパティ⇒リパティ) ◆プレップレベルでのティックトック(リパティ⇒ボディポジション)	◆1/2ツイストトランジションからプレップレベルより低いスタンツ ◆1/2ツイストトランジションからプレップレベル ◆1/4ツイストトランジションからプレップレベルの片足スタンツ ◆1/2ツイストトランジションからプレップレベルのボディポジション ◆1/4ツイストトランジションからエクステンションスタンツ	◆エクステンションからのストレートクレイドル ◆プレップレベルのボディポジションからのストレートクレイドル ◆プレップレベルまたはエクステンションからの1/4ツイストディスマウント	◆プレップレベルの片足スタンツ ◆エクステンション ◆ログロール/バレルロール ◆リープフロッグ/バリエーション ◆1/2ツイストからのうつ伏せ姿勢 ◆ウォークイン・プレップからプレスアップ・エクステンション ◆同時に行われた2技以上のレベル該当スキルのコンビネーション
Elite レベル 該当 スキル	◆グランドレベルでのインバージョンからエクステンションスタンツ	◆プレップレベルでのティックトック(ボディポジション⇒ボディポジション)	◆1/2ツイストトランジションからエクステンションスタンツ		◆1/2ツイストでインバージョンからエクステンションスタンツ ◆1/2ツイストティックトックからプレップレベルの片足スタンツ ◆1/2ツイストでインバージョンからプレップレベルの片足スタンツ

レベル該当スキル例 -STUNTS-

LEVEL 3

INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル	COED STYLE COEDスタイル
<p>◆プレップレベルより低い位置でのインバージョン</p> <p>◆プレップレベルでのインバージョン</p> <p>◆プレップレベルより低い位置からのダウンワード・インバージョン</p>	<p>◆リリースからプレップレベル以下のスタンツ</p> <p>◆スイッチアップからプレップレベルのリバティ</p> <p>◆ボールアップ、ストラドルアップかつ/またはリリースからプレップレベルのリバティ</p> <p>◆プレップレベルより低い位置からプレップレベルより低い位置へのティックトック(リバティ⇒リバティ)</p> <p>◆プレップレベルより低い位置からプレップレベルへのティックトック(リバティ⇒リバティ)</p>	<p>◆プレップレベルより低い位置でのフルアップ</p> <p>◆プレップレベルでのフルアップ</p> <p>◆1/4ツイストランジションから片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆フルアップからプレップレベルの片足スタンツ</p> <p>◆プレップレベル⇒プレップレベルの片足スタンツへのフルツイストランジション</p>	<p>◆片足エクステンションスタンツからのストレートクレイドル</p> <p>◆プレップレベルからのフルツイスト</p> <p>◆片足エクステンションスタンツからの1/4ツイストディスマウント</p> <p>◆エクステンションからのフルツイスト</p> <p>◆両足スタンツからの1技クレイドル(ツイストスキルは含まない)</p>	<p>◆プレップレベルからフルツイストしてうつ伏せ姿勢</p> <p>◆片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆サスペンデッド・フロントフリップ</p> <p>◆スペシャルティー・サスペンデッド・フロントフリップ(ツイストスキルは含まない)</p> <p>◆ツイストを含むサスペンデッド・フロントフリップ</p> <p>◆同時に行われた2技以上のレベル該当スキルのコンビネーション</p>	<p>◆トスからハンド</p> <p>◆シングルベースの片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆トスからハンドの後、プレスアップエクステンション</p> <p>◆ウォークインからエクステンション</p>
<p>◆インバージョンからエクステンションレベルの片足スタンツ</p>	<p>◆プレップレベルリバティからエクステンションレベルのボディポジションへのティックトック</p> <p>◆スイッチアップからプレップレベルのボディポジション</p> <p>◆ボールアップ、ストラドルアップからプレップレベルのボディポジション</p> <p>◆リリースからプレップレベルのボディポジション</p>	<p>◆フルアップからプレップレベルのボディポジション</p> <p>◆1/2ツイストランジションから片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆プレップレベル⇒プレップレベルのボディポジションへのフルツイストランジション</p>		<p>◆インバージョンから1/2ツイストで片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆プレップレベルでのフルツイストティックトック(リバティ⇒ボディポジション)</p>	

LEVEL 4

INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル	COED STYLE COEDスタイル
<p>◆インバージョンからリリースしてプレップレベル以下のスタンツ</p> <p>◆プレップレベルでのインバージョンからリリースしてプレップレベル</p> <p>◆プレップレベルからのダウンワードインバージョン</p> <p>◆エクステンションレベルのインパートスタンツ</p>	<p>◆スイッチアップから片足エクステンションスタンツ</p> <p>◆リリースからエクステンションスタンツ</p> <p>◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからLowへ)</p> <p>◆ヘリコプター・リリースムーブ</p> <p>◆リリースからエクステンションリバティ</p> <p>◆スイッチアップからボディポジション</p> <p>◆フルツイスト・リリースからプレップレベル以下のスタンツ</p> <p>◆プレップレベルからプレップレベルへのリリース</p>	<p>◆1-1/2ツイストランジションからプレップレベルより低いスタンツ</p> <p>◆3/4ツイストランジションからエクステンションスタンツ</p> <p>◆フルアップから両足エクステンションスタンツ</p> <p>◆1-1/2ツイストランジションからプレップレベル</p> <p>◆1-1/2ツイストランジションからプレップレベルの片足スタンツ</p>	<p>◆エクステンションレベルの片足スタンツからのフルツイスト</p> <p>◆プレップレベルからのダブルフルツイスト</p> <p>◆キックフルツイスト</p>	<p>◆同時に行われた2技以上のレベル該当スキルのコンビネーション</p>	<p>◆トスからエクステンション</p> <p>◆トスから片足エクステンションスタンツ</p>
<p>◆プレップレベルより低い位置でのインバージョンからリリースしてエクステンションスタンツ</p>	<p>◆エクステンションボディポジションからプレップレベル以下のボディポジションへのティックトック(HighからLowへ)</p> <p>◆ボールアップ、ストラドルアップからエクステンションレベルのボディポジション</p> <p>◆リリースからエクステンションレベルのボディポジション(スイッチアップは含まない)</p>	<p>◆フルアップから片足エクステンションリバティ(ボディポジションではない)</p> <p>◆1-1/2ツイストランジションからプレップレベルのボディポジション</p> <p>◆エクステンションレベルでのシングルツイストランジションからエクステンションスタンツ</p>	<p>◆エクステンションからのダブルフルツイスト</p>	<p>◆フルツイストでインバージョンからエクステンションスタンツ</p> <p>◆フルツイストでリリースティックトックからプレップレベルの片足スタンツ</p> <p>◆フルツイストでボールアップ、ストラドルアップかつ/またはスイッチアップからプレップレベルのボディポジション</p> <p>◆1-1/2ツイストでボールアップ、ストラドルアップかつ/またはスイッチアップからプレップレベルの片足スタンツ</p>	

レベル該当スキル例 -STUNTS-

LEVEL 6

	INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル	COED STYLE COEDスタイル
レベル 該当 スキル	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆エクステンションスタutzからのダウンワードインバージョン</li> <li>◆片足エクステンションスタutzからのダウンワードインバージョン</li> <li>◆プレップレベル以上のインバージョンからリリースしてエクステンション</li> <li>◆プレップレベル以上のインバージョンからリリースしてリバティ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからHighへ)</li> <li>◆リバティ⇒リバティのティックトック(LowからHighへ)</li> <li>◆1/2ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆リバティ⇒ボディポジションのティックトック(HighからHighへ)</li> <li>◆リバティ⇒ボディポジションのティックトック(LowからHighへ)</li> <li>◆ツイスト・ヘリコプター・リリースムーブ</li> <li>◆スイッチアップ・フルツイストから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆1/2ツイスト・ポールアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆フルアップから片足エクステンション</li> <li>◆1-1/4~1-3/4ツイストアップからエクステンションスタutz</li> <li>◆1-1/4~1-3/4ツイストアップから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆ダブルフルアップからエクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆片足スタutzからのダブルフルツイスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆1-1/2~ダブルツイストからうつぶせ姿勢</li> <li>◆1/4-3/4ツイストティックトックから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆同時に行われた2技以上のレベル該当スキルのコンビネーション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆CO-EDスタイルの1/4~3/4ツイスト・トスからエクステンションスタutz</li> </ul>
Elite レベル 該当 スキル	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆プレップレベル以上のインバージョンからリリースしてエクステンションレベルのボディポジション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆スイッチアップ・フルツイストからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆ボディポジション⇒ボディポジションのティックトック(HighからHigh)</li> <li>◆フルツイスト・ポールアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆1-1/2ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆1-1/2ツイストアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆1-3/4ツイストアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆ダブルフルアップから片足エクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆キックダブルフルツイスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆フルツイストティックトックから片足エクステンション(HighからHighへ)</li> <li>◆1/2ツイストリリースインバージョンからエクステンションスタutz</li> <li>◆フルツイストティックトックから片足エクステンションスタutz(LowからHighへ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆補助がないCO-EDスタイルのトスから片手エクステンションスタutz</li> <li>◆CO-EDスタイルの前方転回から1/2ツイストリリース・トスからエクステンションスタutz</li> <li>◆補助がないCO-EDスタイルのフルツイスト・トスからエクステンションスタutz</li> <li>◆前方転回から1/2ツイストリリース・トスからエクステンションスタutz</li> </ul>

LEVEL 7

	INVERSION STYLE インバージョン・スタイル	RELEASE STYLE リリース・スタイル	TWISTING ツイスト	DISMOUNT STYLE ディスマウント・スタイル	COMBINATION SKILLS コンビネーションスキル	COED STYLE COEDスタイル
レベル 該当 スキル	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆グランドレベルからフリーフリップをしてクレイドル(Lv7)</li> <li>◆グランドレベルからフリーフリップをしてプレップレベル(Lv7)</li> <li>◆グランドレベルからフリーフリップをしてエクステンション(Lv7)</li> <li>◆エクステンションスタutzからのダウンワードインバージョン</li> <li>◆片足エクステンションスタutzからのダウンワードインバージョン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆1/4ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからHighへ)</li> <li>◆リバティ⇒リバティのティックトック(LowからHighへ)</li> <li>◆1/2ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆リバティ⇒ボディポジションのティックトック(HighからHighへ)</li> <li>◆リバティ⇒ボディポジションのティックトック(LowからHighへ)</li> <li>◆ツイスト・ヘリコプター・リリースムーブ</li> <li>◆スイッチアップ・フルツイストから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆1/2ツイスト・ポールアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆グランドレベルからツイストを含むフリーフリップをしてクレイドル(Lv6)</li> <li>◆グランドレベルからツイストを含むフリップをしてプレップレベル(Lv6)</li> <li>◆グランドレベルからツイストを含むフリップをしてエクステンション(Lv6)</li> <li>◆フルアップから片足エクステンション</li> <li>◆1-1/4~1-3/4ツイストアップからエクステンションスタutz</li> <li>◆1-1/4~1-3/4ツイストアップから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆ダブルフルアップからエクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆フロントフリップしてグランドレベル(Lv6)</li> <li>◆プレップレベル以下からフリーフリップをしてクレイドル(Lv6)</li> <li>◆プレップレベル以下からツイストを含むフリーフリップをしてクレイドル(Lv6)</li> <li>◆片足スタutzからのダブルフルツイスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆1-1/2~ダブルツイストからうつぶせ姿勢</li> <li>◆1/4-3/4ツイストティックトックから片足エクステンションスタutz</li> <li>◆同時に行われた2技以上のレベル該当スキルのコンビネーション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆CO-EDスタイルの1/4~3/4ツイスト・トスからエクステンションスタutz</li> </ul>
Elite レベル 該当 スキル	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆グランドレベルからフリーフリップをして片足エクステンションスタutzかつ/または片手スタutz(Lv7)</li> <li>◆プレップレベル以上のインバージョンからリリースしてエクステンションスタutz(Lv7)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆スイッチアップ・フルツイストからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆ボディポジション⇒ボディポジションのティックトック(HighからHigh)</li> <li>◆フルツイスト・ポールアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆1-1/2ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆グランドレベルからツイストを含むフリップをして片足エクステンション(Lv6)</li> <li>◆1-1/2ツイストアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆1-3/4ツイストアップからエクステンションレベルのボディポジション</li> <li>◆ダブルフルアップから片足エクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆キックダブルフルツイスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆バック転からフルアップスタutz(Lv7)</li> <li>◆前方転回から1-1/2ツイストアップしてエクステンションスタutz</li> <li>◆フルツイストティックトックからエクステンションレベルのボディポジション(LowからHighへ)</li> <li>◆前方転回から1/2ツイストアップしてエクステンションスタutz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆補助がないCO-EDスタイルのトスから片手エクステンションスタutz</li> <li>◆CO-EDスタイルの前方転回から1/2ツイストリリース・トスからエクステンションスタutz</li> <li>◆CO-EDスタイルのフルツイスト・トスからエクステンションスタutz</li> </ul>

レベル該当スキル例 -TOSSES-

このドキュメントはレベル該当スキルの一例を掲載しています。コーチは自チームのルーティーンに含まれている技がUSASF/IASFセーフティールールに準拠していることを確認する責任があります。このドキュメントはシーズン中に更新される可能性がありますので、常に最新のものを確認をお願いします。

LEVEL 2

NON-TWISTING ツイストなし	TWISTING ツイストあり
◆ストレートス	

LEVEL 3

NON-TWISTING ツイストなし	TWISTING ツイストあり
◆ボール・アーチ ◆パイク・アーチ ◆ボール-X ◆プリティーガール・アーチ ◆キック・アーチ ◆トータッチ	◆フルツイスト

LEVEL 4

NON-TWISTING ツイストなし	TWISTING ツイストあり
◆ボールキック ◆ヒッチキック ◆ダブルトータッチ ◆パイク-X ◆スイッチキック	◆ボールフル ◆キックフル ◆フルアップ・トータッチ ◆パイクフル ◆トータッチ・フル ◆ダブルフル

LEVEL 6

NON-TWISTING ツイストなし	TWISTING ツイストあり
◆パイク・ヒッチキック ◆パイク・スイッチキック ◆パイク・キック・プリティーガール ◆ヒッチ・キック・キック	◆ボール・ダブルフル ◆キック・ダブルフル ◆ダブルアップ・トータッチ ◆スイッチキック・ダブルフル ◆パイク・ダブルフル ◆トータッチ・ダブルフル ◆ヒッチキック・ダブルフル ◆キックフル・キックフル

LEVEL 7

NON-TWISTING ツイストなし	TWISTING ツイストあり
◆タック ◆パイク ◆X-アウト ◆レイアウト	◆レイアウト・フル ◆X-アウト・フル ◆アラビアン1-1/2 ◆レイアウト・ダブルフル ◆スプリット・フル ◆パイクオープン・ダブルフル

レベル該当スキル例 -TUMBLING-

このドキュメントはレベル該当スキルの一例を掲載しています。コーチは自チームのルーティーンに含まれている技がUSASF/IASFセーフティールールに準拠していることを確認する責任があります。このドキュメントはシーズン中に更新される可能性がありますので、常に最新のものを確認をお願いします。

LEVEL 1

STANDING TUMBLING SKILLS 立位ダンプリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みダンプリングスキル
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆前転</li> <li>◆倒立</li> <li>◆前方倒立回転</li> <li>◆側転</li> <li>◆後転倒立</li> <li>◆立位からのブリッジ</li> <li>◆後方ウォークオーバー</li> <li>◆開脚前転</li> <li>◆倒立前転</li> <li>◆前方ウォークオーバー</li> <li>◆後転</li> <li>◆ブリッジ</li> <li>◆ブリッジ・キックオーバー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆側転</li> <li>◆ロンダート</li> <li>◆前方ウォークオーバー</li> <li>◆側転+後方ウォークオーバー</li> <li>◆前方ウォークオーバー+側転/ロンダート</li> <li>◆側転+1/2ターン+前方ウォークオーバー</li> <li>◆側転/後方ウォークオーバーの連続技</li> </ul>

LEVEL 2

STANDING TUMBLING SKILLS 立位ダンプリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みダンプリングスキル
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆立位バック転</li> <li>◆後転倒立+バック転</li> <li>◆バック転・ステップアウト</li> <li>◆後方ウォークオーバー+バック転</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆側転+バック転</li> <li>◆ロンダート+バック転</li> <li>◆ロンダート+バック転・ステップアウト</li> <li>◆ロンダート+連続バック転</li> <li>◆前方ウォークオーバー+ロンダート+連続バック転</li> </ul>

LEVEL 3

STANDING TUMBLING SKILLS 立位ダンプリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みダンプリングスキル
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆連続バック転</li> <li>◆ジャンプ+連続バック転</li> <li>◆バック転・ステップアウト+バック転</li> <li>◆ジャンプ+バック転</li> <li>◆連続バック転+ジャンプ+連続バック転</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆着手なし側転</li> <li>◆ロンダート+タック</li> <li>◆ロンダート+連続バック転+バックタック</li> <li>◆前方ウォークオーバー+ロンダート+バック転+バックタック</li> <li>◆前方ウォークオーバー+ロンダート+連続バック転+バックタック</li> <li>◆パンチフロント</li> <li>◆ロンダート+バック転+バックタック</li> </ul>

LEVEL 4

STANDING TUMBLING SKILLS 立位ダンプリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みダンプリングスキル
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆立位バックタック</li> <li>◆連続バック転+バックタック</li> <li>◆ジャンプ+連続バック転+バックタック</li> <li>◆バック転+バックタック</li> <li>◆ジャンプ+バック転+バックタック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆側転+バックタック</li> <li>◆ロンダート+バック転+レイアウト/レイアウト・ステップアウト/X-OUT</li> <li>◆ロンダート+連続バック転+レイアウト</li> <li>◆前方ウォークオーバー⇒レイアウト</li> <li>◆パンチフロント・ステップアウト+レイアウト</li> <li>◆ロンダート+バック転+ウィップ+バック転+レイアウト</li> <li>◆パンチフロント・ステップアウト+ロンダート+バック転+ウィップ+バック転+バックタック</li> <li>◆前方転回+パンチフロント</li> <li>◆前方転回+パンチフロント⇒ロンダート+バック転+バックタック/レイアウト</li> <li>◆ロンダート+レイアウト</li> </ul>

LEVEL 6・7

STANDING TUMBLING SKILLS 立位ダンプリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みダンプリングスキル
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ジャンプ+バックタック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆側転+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+フルツイスト</li> <li>◆前方ウォークオーバー⇒フルツイスト</li> <li>◆着手なし側転/着手なしウォークオーバー/オノディ+フルツイスト</li> <li>◆前方フルツイスト</li> </ul>
<p>&lt;Eliteレベル該当スキル&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆立位フルツイスト</li> <li>◆ジャンプ+フルツイスト</li> <li>◆バック転+フルツイスト</li> <li>◆ジャンプ+バック転+フルツイスト</li> <li>◆連続バック転+フルツイスト</li> <li>◆ジャンプ+連続バック転+フルツイスト</li> <li>◆バック転+ウィップ+連続バック転+フルツイスト</li> <li>◆連続バック転+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ジャンプ+連続バック転+ダブルフルツイスト</li> <li>◆バック転+ウィップ+連続バック転+ダブルフルツイスト</li> <li>◆バック転+ウィップ+フルツイスト</li> <li>◆バック転+ウィップ+ダブルフルツイスト</li> </ul>	<p>&lt;Eliteレベル該当スキル&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆前方転回+フロントフル</li> <li>◆パンチフロント・ステップアウト+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+ウィップ+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+アラビアン+ロンダート+バック転+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+フルツイスト+連続バック転+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+ダブルフルツイスト</li> <li>◆前方ウォークオーバー⇒ダブルフルツイスト</li> <li>◆パンチフロント・ステップアウト+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+ウィップ+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ロンダート+アラビアン+ロンダート+バック転+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+フルツイスト+連続バック転+ダブルフル</li> <li>◆ロンダート+バック転+ダブルフルツイスト+連続バック転+ダブルフル</li> <li>◆ロンダート+ウィップ+フルツイスト</li> <li>◆ロンダート+ウィップ+ダブルフルツイスト</li> <li>◆ロンダート+バック転+フルツイスト+ウィップ+ダブルフルツイスト</li> </ul>



<演技の完成度に対する減点>

選手個人の落下・転倒 — 0.1点減点

タンブリング かつ/または ジャンプの実施中の演技フロアへの落下

<該当例>	<該当しない例>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・タンブリングやジャンプの実施時に演技フロアに片手、両手または頭をつく</li> <li>・タンブリングやジャンプの実施時に演技フロアに片膝または両膝をつく</li> <li>・ビルディングスキル への/からの タンブリングでの移行時の落下、転倒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歩いている移動時につまずく</li> </ul>

ビルディングスキルの失敗 — 0.5点減点

スタッツ、ピラミッド 実施中のスキルから落ちる

<該当例>	<該当しない例>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・クレイドルに落ちる</li> <li>・乗り込み姿勢に落ちる</li> <li>・うつぶせ姿勢に落ちる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・コエドのシングルベーススタッツが乗り込み姿勢に下りる</li> <li>・エクステンションがプレップレベルのスタッツやスキルに下りる</li> </ul>

ビルディングスキルの失敗による落下 — 1.0点減点

トップ かつ/または 複数のベース/スポッターが、スタッツ、ピラミッド、トスから演技フロアに落ちる

<該当例>	<該当しない例>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・複数のベース/スポッターが演技フロアに転倒する</li> <li>・トップが演技フロアに転倒したベース/スポッターの上に落下する</li> <li>・トップがベース/スポッターに支持されずに演技フロアに落ちるシングルベース コエドスタッツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中断や停止なく連続的なスタッツ / ピラミッド移行時にトップが演技フロアに触れる</li> </ul>

<競技規定、その他の減点>

ラインオーバー — 0.1点減点

演技フロアは42フィート×54フィート。演技フロアとフロア外の境界線は白線の外とする。両足が白線の外に出た場合、選手1人1回につき0.1点の減点が課される。白線を踏む、片足が超えるものはラインオーバーとはならない。

タイムオーバー — 0.1点減点

演技時間が1秒以上超えたチームには0.1点の減点が課される  
 審査員はストップウォッチまたはそれに準じる装置を使用し、公式な演技時間を計測する。  
 個人の反応のスピードや音響装置による再生の速さに違いがあることを考慮し、ストップウォッチ/時計が3秒を超えるまでは減点を課さないこととする。

以下のカテゴリごとの演技時間を超えたチームは減点対象となる

- ・Cheerleading部門 - 2分30秒
- ・Cheerleading Non-Building 部門 / Cheerleading 部門 Non-Tumbling - 2分00秒

イメージポリシー — 0.1点減点

不適切なコリオグラフィー、ユニフォーム かつ/または 音楽が、イメージポリシーに反する違反は0.1点減点。

セーフティールール違反

- ・0.1点 — レベルの制限を超えたタンブリングスキルの違反、一般安全規則の規定違反
- ・0.2点 — レベルの制限を超えたビルディングスキルの違反
- ・1.0点 — セーフティーで認められていないビルディングスキルの実施
  - ・ビルディングスキルに関わる人数に関係なく、違反であり、本質的に危険かつ/または安全ではないスキルの場合
  - ・違反なく実施するのに必要な人数が足りない場合(例:クレイドルに必要なキャッチャーの人数がいない)

競技規定違反 — 1.0点減点

競技規定に定められている事項に対する違反は1.0点減点。

<BUILDING>

●BUILDING QUANTITY CHART(基数チャート)

・基数チャート表の人数に対する基数の条件が一部変更されました

●COED QUANTITY(男女混成スタンツ数)

・補助なしのCO-EDスタイルの5.0点の条件に新たに該当スキルが追加されました

<TUMBLING>

●過半数/大多数人数チャート

・人数チャート表の選手数に対する人数の条件が一部変更されました

<OVERALL>

●STUNT CREATIVITY, PYRAMID CREATIVITY, DANCE, ROUTINE COMPOSITION

・説明文の表記内容が変更されました

●OVERALL IMPRESSION

・PERFORMANCEの評価項目がOVERALL IMPRESSIONに変更されました

<レベル該当スキル例 STUNTS>

●OTHER STUNTSがCOMBINATION SKILLSとCOED STYLE(Levdl3以降)に分かれて表記されるようになりました

●LEVEL 1

・「プレイサー付きで行うプレップレベルでのティックトック(ボディポジション⇒ボディポジション)」が ELITEレベル該当技に追加されました

●LEVEL 4

・「エクステンションからのダブルフルツイスト」がELITEレベル該当技に追加されました

●LEVEL 6, 7

・「1-1/2ツイスト・スイッチアップから片足エクステンションスタンツ」「キックダブルフルツイスト」が LEVEL 6, 7 ELITEレベル該当技に追加されました  
 ・LEVEL 6 ELITEレベル該当技「フルツイストティックトックから片足エクステンションスタンツ(LowからHighへ)」がエクステンションレベルのボディポジションから片足エクステンションに条件が変更されました  
 ・LEVEL 7 ELITEレベル該当技「プレップレベル以上のインバージョンからリリースしてエクステンションスタンツ」がエクステンションレベルのボディポジションからエクステンションに条件が変更されました

<レベル該当スキル例 TUMBLING>

●LEVEL 1

・「側転/後方ウォークオーバーの連続技」が走り込みタンブリングの該当技に追加されました

●LEVEL 6, 7

・「バック転+ウィップ+フルツイスト」「バック転+ウィップ+ダブルフルツイスト」が立位タンブリングのELITEレベル該当技に追加されました  
 ・「ロンドアート+ウィップ+フルツイスト」「ロンドアート+ウィップ+ダブルフルツイスト」「ロンドアート+バック転+フルツイスト+ウィップ+ダブルフルツイスト」が走り込みタンブリングのELITEレベル該当技に追加されました

<減点システム>

●演技の完成度に対する減点

・該当しない例の説明が追加され、減点数が変更されました

●競技規定以外の規定違反

・減点数が変更されました

●セーフティルール違反

・レベルを超えたスキル違反とセーフティで認められないスキル違反が区別されるようになりました

◆MEMO◆



**主催: 一般社団法人Cheer & Dance Education**  
**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/>