2021-22 VARSITY ALL STAR
スコアリングシステム
<Cheerleading Prep / Cheerleading>

2022/5/20 作成

usa
united spirit association
A VARSITY BRAND

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム

目次

・スコア構成

・スコアリングガイドライン
《Cheerleading Prep》
BUILDING （ビルディング）
TUMBLING （タンブリング）
OVERALL （全般）
EXECUTION（実施点）

《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

※赤字は2021年夏からの変更点

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム

CHEERLEADING PREP 部門

LEVEL1.1-3.2 スコア構成

BUILDING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STUNTS スタンツ	9.5	4.5	5.0
	PYRAMIDS ピラミッド	9.5	4.5	5.0

TUMBLING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	9.5	4.5	5.0
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	9.5	4.5	5.0
	JUMPS ジャンプ	9.5	4.5	5.0

OVERALL		TOTAL	
	STUNT CREATIVITY スタンツの創造性	2.5	2.5
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	2.5	2.5
	DANCE ダンス	10.0	10.0
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	10.0	10.0
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	10.0	10.0

TOTAL SCORE **82.5**

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

BUILDING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STUNTS スタンツ	10.0	5.0	5.0
	PYRAMIDS ピラミッド	10.0	5.0	5.0
	SKILLS	TOTAL		
	STUNT/COED QUANTITY スタンツ/コエド 基数	5.0	5.0	

TUMBLING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	10.0	5.0	5.0
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	10.0	5.0	5.0
	JUMPS ジャンプ	10.0	5.0	5.0

OVERALL	SKILLS	TOTAL	
	STUNT CREATIVITY スタンツの創造性	2.5	2.5
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	2.5	2.5
	DANCE ダンス	10.0	10.0
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	10.0	10.0
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	10.0	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

BUILDING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STUNTS スタンツ	10.0	5.0	5.0
	PYRAMIDS ピラミッド	10.0	5.0	5.0
	TOSSES トス	10.0	5.0	5.0
	SKILLS	TOTAL		
	STUNT/COED QUANTITY スタンツ/コエド 基数	5.0	5.0	

TUMBLING	SKILLS	TOTAL	DIFFICULTY	EXECUTION
	STANDING TUMBLING 立位タンブリング	10.0	5.0	5.0
	RUUNING TUMBLING 走り込みタンブリング	10.0	5.0	5.0
	JUMPS ジャンプ	10.0	5.0	5.0

OVERALL	SKILLS	TOTAL	
	STUNT CREATIVITY スタンツの創造性	2.5	2.5
	PYRAMID CREATIVITY ピラミッドの創造性	2.5	2.5
	DANCE ダンス	10.0	10.0
	ROUTINE COMPOSITION 演技構成	10.0	10.0
	OVERALL IMPRESSION 全体印象	10.0	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

	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%	
BUILDING	STUNTS スタンツ	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 スタンツ/コエド 基数	5.0	6.53%	BIULDING TOTAL	35.0	66.70%

	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%	
TUMBLING	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%	
				TUMBLING TOTAL	30.0	13.30%

	SKILLS		%			
OVERALL	STUNT CREATIVITY スタンツの創造性	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%	OVERALL TOTAL	35.0	20.00%

TOTAL SCORE	100	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

BUILDING	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%	
	STUNTS スタンツ	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 スタンツ/コエド 基数	5.0	7.80%	BIULDING TOTAL	35.0	75.56%

TUMBLING	SKILLS	DIFFICULTY	%	EXECUTION	%	
	JUMPS ジャンプ	5.0	2.22%	5.0	2.22%	
				TUMBLING TOTAL	10.0	4.44%

OVERALL	SKILLS		%			
	STUNT CREATIVITY スタンツの創造性	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%	OVERALL TOTAL	35.0	20.00%

TOTAL SCORE	80	100.0%

CHEERLEADING PREP -BULIDING（ビルディング）-

STUNT DIFFICULTY（スタンツ難易度）		
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

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。

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

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（レベル該当、レベル該当ではないに関わらず）
スキルを実施した際のペース

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

CHEERLEADING PREP -TUMBLING（タンブリング）-

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

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

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

・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）

・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

・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

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

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 ー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

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）、トゥタッチ

CHEERLEADING PREP -OVERALL（全般）-

STUNT CREATIVITY（スタンツの創造性）	
2.0 – 2.5	スタンツ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、ペース EXECUTION(実施)：テクニック、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	演技全体を通し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 PREP -EXECUTION(実施点)-

EXECUTION (実施点)	
3.5 – 5.0	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 ・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 ・0.1 – テクニックの問題が若干見られる、ただし、一人の選手のみのテクニックの問題で減点はされない ・0.2 – テクニックの問題が複数個所見られる ・0.3 – テクニックの問題が大部分で見られる ・1つのDRIVER(判断要素)から0.3点以上の減点はされない ・スタイルの違いはテクニックスコアには影響しない

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	・ボディーコントロール ・均一な柔軟性 ・モーションの位置 ・膝のロック、脚・つま先の伸び
ベース/スポッター	・スタンツの安定感 ・安定したスタンス ・ベース間の位置(トップの肩幅) ・足元の安定性
トランジション	・マウント/乗せ方 ・ディスマウント/下ろし方 ・スキル間のスピード/コントロール/フロー
シンクロ性(*)	・タイミング
明らかなミス	・0.2点:2か所のミス (軽微なミス(**)、スタンツの失敗、落下) ・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)

(*)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

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	・ボディーコントロール ・それぞれのスキル/技の確実な実施 ・膝のロック、脚・つま先の伸び ・腕の位置
ベース/スポッター	・投げ上げる際の脚と腕の連動性 ・安定したスタンス ・ベース間の位置(トップの肩幅) ・タイミング
高さ	・トスに関わるベースの数に応じて考慮する
クレイドル	・腕を高く上げているか ・キャッチを吸収するために脚を使えているか ・ベース間が肩幅より広くなっていないか ・コントロールできているか
明らかなミス	・0.3点:トスの失敗、落下

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/RUNNNING TUMBLING DRIVERS (立位/走り込みタンブリング判断要素) 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	・タンブリング技/パスに入る際の腕の位置 ・腕の振り ・胸の位置 ・タンブリングパス中の連続した技の流れ
スピード	・タンブリング技/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 ・タンブリング技/パスのつなぎ
ボディーコントロール	・頭の位置 ・スキル実施中の腕/肩の位置 ・腰 ・スキル実施中の脚の位置 ・つま先が伸びているか
着地	・コントロールされているか ・脚/足が閉じているか ・胸の位置 ・タンブリング技/パスをクリアに完了しているか ・ツイスト回転不足
シンクロ性(*)	・タイミング

(*)レベル該当スキルのタンブ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	・統一感のある入り方 ・腕の振り
腕の位置	・ジャンプ中の腕の位置
脚の位置	・脚がまっすぐ伸びているか ・つま先が伸びているか ・腰の位置/回転 ・脚が高く上がっているか ・ジャンプの高さ
着地	・脚/足が閉じているか ・胸の位置
シンクロ性	・タイミング

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム

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

STUNT DIFFICULTY（スタンツ難易度）		
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

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。

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

<BODY POSITION>
・リバ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、ボーアンドアロー、アラベスク、スケール、スコーピオン

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（レベル該当、レベル該当ではないに関わらず） ・ スキルを実施した際のペース

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（男女混成スタンツ基数チャート）	
男性選手の人数	スタンツ基数
1 - 3	1
4人以上	2

STUNTS QUANTITY（スタンツ基数） ※スタンツグループ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ツを行っている基がチームの過半数(MAJORITY)未満
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ツを行っている
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ツを行っている
4.6	チームの過半数(MAJORITY)未満の基数で同じEliteレベル該当スキルのスタンツを行っている
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ツを行っている
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ツを行っている

COED QUANTITY（男女混成 スタンツ数）
・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（男女混成スタンツ数）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（男女混成スタンツ数）＊LEVEL3&4 SENIOR編成チーム ※スタンツグループ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、スタンツは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）

「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ィスマウントまで、補助なしで行われていなければならない。

COED STYLE（CO-EDスタイル）
・ベース、トップパーソン、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 ・ベースはスタンツ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 ・男女混成スタンツはディ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

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム

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

STUNT DIFFICULTY（スタンツ難易度）		
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>

・リバ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、ボーンアンドアロー、アラベスク、スケール、スコーピオン

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 シングルベースCOEDスタイルスタンツも含む ・ 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） ・ スキルを実施した際のペース

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

STUNTS QUANTITY（スタンツ基数） ※スタンツグループ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ツを行っている基がチームの過半数(MAJORITY)未満
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ツを行っている
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ツを行っている
4.6	チームの過半数(MAJORITY)未満の基数で同じEliteレベル該当スキルのスタンツを行っている
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ツを行っている
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ツを行っている

COED QUANTITY（男女混成 スタンツ数）
・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 ・COED QUANTITY（男女混成スタンツ数）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（男女混成スタンツ数）＊LEVEL6&6NT&7 Open編成チーム ※スタンツグループ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、スタンツは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	トス片手スタンツ、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 リワインドからエクステンションスタンツ

「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ィスマウントまで、補助なしで行われていなければならない。

COED STYLE（CO-EDスタイル）
・ベース、トップパーソン、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 ・ベースはスタンツ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 ・男女混成スタンツはディ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

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 ー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トジャンプを1回跳んでいること ー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）、トゥタッチ

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）

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

・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）

・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）

・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→バック転葉→フルは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。

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 ー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トジャンプを1回跳んでいること ー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）

・「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）、トゥタッチ

CHEERLEADING -OVERALL（全般）-

STUNT CREATIVITY（スタンツの創造性）	
2.0 - 2.5	スタンツ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、ペース EXECUTION（実施）：テクニック、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	演技全体を通し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

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム

CHEERLEADING -EXECUTION(実施点)-

EXECUTION（実施点）	
3.5 – 5.0	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 ・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 ・0.1 – テクニックの問題が若干見られる、ただし、一人の選手のみのテクニックの問題で減点はされない ・0.2 – テクニックの問題が複数個所見られる ・0.3 – テクニックの問題が大部分で見られる ・1つのDRIVER(判断要素)から0.3点以上の減点はされない ・スタイルの違いはテクニックスコアには影響しない

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	・ボディーコントロール ・均一な柔軟性 ・モーションの位置 ・膝のロック、脚・つま先の伸び
ベース／スポッター	・スタンツの安定感 ・安定したスタンス ・ベース間の位置(トップの肩幅) ・足元の安定性
トランジション	・マウント／乗せ方 ・ディスマウント／下ろし方 ・スキル間のスピード／コントロール／フロー
シンクロ性(*)	・タイミング
明らかなミス	・0.2点：2か所のミス （軽微なミス(**)、スタンツの失敗、落下） ・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）

(*)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

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	・ボディーコントロール ・それぞれのスキル／技の確実な実施 ・膝のロック、脚・つま先の伸び ・腕の位置
ベース／スポッター	・投げ上げる際の脚と腕の連動性 ・安定したスタンス ・ベース間の位置(トップの肩幅) ・タイミング
高さ	・トスに関わるベースの数に応じて考慮する
クレイドル	・腕を高く上げているか ・キャッチを吸収するために脚を使えているか ・ベース間が肩幅より広くなっていないか ・コントロールできているか
明らかなミス	・0.3点：トスの失敗、落下

・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/RUNNNING TUMBLING DRIVERS （立位/走り込みタンブリング判断要素） 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	・タンブリング技/パスに入る際の腕の位置 ・腕の振り ・胸の位置 ・タンブリングパス中の連続した技の流れ
スピード	・タンブリング技/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 ・タンブリング技/パスのつなぎ
ボディーコントロール	・頭の位置 ・スキル実施中の腕/肩の位置 ・腰 ・スキル実施中の脚の位置 ・つま先が伸びているか
着地	・コントロールされているか ・脚/足が閉じているか ・胸の位置 ・タンブリング技/パスをクリアに完了しているか ・ツイスト回転不足
シンクロ性(*)	・タイミング

(*)レベル該当スキルのタンブ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	・統一感のある入り方 ・腕の振り
腕の位置	・ジャンプ中の腕の位置
脚の位置	・脚がまっすぐ伸びているか ・つま先が伸びているか ・腰の位置/回転 ・脚が高く上がっているか ・ジャンプの高さ
着地	・脚/足が閉じているか ・胸の位置
シンクロ性	・タイミング

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
VARSITY ALL STAR スコアリングシステム<Cheerleading Prep>	◆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バティ ◆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(リバティ⇒リバティ) ◆プレップレベルより低い位置でのティックトック(リバティ⇒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 ◆ブ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 ◆ブ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) ◆ブ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)	◆1/4ツイスト・トランジションからプレップ		◆ブレイサー付で行う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バティ ◆プレップレベルでのティックトック(リバティ⇒リバティ) ◆プレップレベルでのティックトック(リバティ⇒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ー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
レベル該当スキル	◆プレップレベルより低い位置でのインバージョン ◆プレップレベルでのインバージョン ◆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	◆リリースからプレップレベル以下のスタンツ ◆スイッチアップからプレップレベルのリバティ ◆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 ◆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) ◆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)	◆プレップレベルより低い位置でのフルアップ ◆プレップレベルでのフルアップ ◆1/4ツイストトランジションから片足エクステンションスタンツ ◆フルアップからプレプレベルの片足スタンツ ◆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トランジション	◆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 ◆プレップレベルからのフルツイスト ◆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 ◆エクステンションからのフルツイスト ◆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)	◆プレップレベルからフルツイストしてうつ伏せ姿勢 ◆片足エクステンションスタンツ ◆サスペンデッド・フロントフリップ ◆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) ◆ツイストを含むサスペンデッド・フロントフリップ ◆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	◆トスからハンド ◆シングルベースの片足エクステンションスタンツ ◆トスからハンドの後、プレスアップエクステンション ◆ウォークインからエクステンション
Elite レベル該当スキル	◆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	◆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 ◆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 ◆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 ◆リリースからプレップレベルのボディポジション	◆フルアップからプレップレベルのボディポジション ◆1/2ツイストトランジションから片足エクステンションスタンツ ◆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トランジション		◆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 ◆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)	

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
レベル該当スキル	◆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 ◆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 ◆プレップレベルからのダウンワードインバージョン ◆エクステンションレベルのインバートスタンツ	◆スイッチアップから片足エクステンションスタンツ ◆リリースからエクステンションスタンツ ◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからLowへ) ◆ヘリコプター・リリースムーブ ◆リリースからエクステンションリバティ ◆スイッチアップからボディポジション ◆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 ◆プレップレベルからプレップレベルへのリリース	◆1-1/2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 ◆3/4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 ◆フルアップから両足エクステンションスタンツ ◆1-1/2ツイストトランジションからプレップレベル ◆1-1/2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	◆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 ◆プレップレベルからのダブルフルツイスト ◆キックフルツイスト	◆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	◆トスからエクステンション ◆トスから片足エクステンションスタンツ
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	◆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) ◆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 ◆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)	◆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) ◆1-1/2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 ◆エクステンションレベルでのシングル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ダブルフルツイスト	◆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 ◆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 ◆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 ◆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	

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	◆エクステンションスタンツからのダウンワードインバージョン ◆片足エクステンションスタンツからのダウンワードインバージョン ◆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 ◆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	◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからHighへ) ◆リバティ⇒リバティのティックトック(LowからHighへ) ◆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 ◆リバティ⇒ポディポジションのティックトック(HighからHighへ) ◆リバティ⇒ポディポジションのティックトック(LowからHighへ) ◆ツイスト・ヘリコプター・リリースムーブ ◆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ンツ ◆1/2ツイスト・ボ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	◆フルアップから片足エクステンション ◆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ンツ ◆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ンツ ◆ダブルフルアップからエクステンションスタンツ	◆片足スタンツからのダブルフルツイスト	◆1-1/2～ダブルツイストからうつぶせ姿勢 ◆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ンツ ◆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	◆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ンツ
Eliteレベル該当スキル	◆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	◆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 ◆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) ◆フルツイスト・ボ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 ◆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	◆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 ◆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 ◆ダブルフル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	◆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) ◆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ンツ ◆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)	◆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ンツ ◆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ンツ ◆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ンツ ◆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ンツ

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	◆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) ◆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) ◆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) ◆エクステンションスタンツからのダウンワードインバージョン ◆片足エクステンションスタンツからのダウンワードインバージョン	◆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ンツ ◆リバティ⇒リバティのティックトック(HighからHighへ) ◆リバティ⇒リバティのティックトック(LowからHighへ) ◆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 ◆リバティ⇒ポディポジションのティックトック(HighからHighへ) ◆リバティ⇒ポディポジションのティックトック(LowからHighへ) ◆ツイスト・ヘリコプター・リリースムーブ ◆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ンツ ◆1/2ツイスト・ボ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	◆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) ◆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) ◆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) ◆フルアップから片足エクステンション ◆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ンツ ◆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ンツ ◆ダブルフルアップからエクステンションスタンツ	◆フロントフリップしてグランドレベル(Lv6) ◆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) ◆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) ◆片足スタンツからのダブルフルツイスト	◆1-1/2～ダブルツイストからうつぶせ姿勢 ◆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ンツ ◆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	◆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ンツ
Eliteレベル該当スキル	◆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ンツかつ/または片手スタンツ(Lv7) ◆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(Lv7)	◆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 ◆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) ◆フルツイスト・ボ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 ◆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	◆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) ◆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 ◆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 ◆ダブルフル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	◆バック転からフルアップスタンツ(Lv7) ◆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ンツ ◆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) ◆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ンツ	◆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ンツ ◆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ンツ ◆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ンツ

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
VARSITY ALL STAR スコアリングシステム ＜Cheerleading Prep＞	

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 ◆スィッチキック	◆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・スィッチキック ◆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 ◆スィッチキック・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 立位タンブリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みタンブリングスキル
VARSITY ALL STAR ◆前転 ◆倒立 ◆前方倒立回転 ◆側転 ◆後転倒立 ◆立位からのブリッジ ◆後方ウォークオーバー ◆開脚前転 ◆倒立前転 ◆前方ウォークオーバー ◆後転 ◆ブリッジ ◆ブリッジ・キックオーバー	◆側転 ◆ロンダート ◆前方ウォークオーバー ◆側転＋後方ウォークオーバー ◆前方ウォークオーバー＋側転／ロンダート ◆側転＋1/2ターン＋前方ウォークオーバー ◆側転＋後方ウォークオーバーの連続技

LEVEL 2

STANDING TUMBLING SKILLS 立位タンブリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みタンブリングスキル
◆立位バック転 ◆後転倒立＋バック転 ◆バック転・ステップアウト ◆後方ウォークオーバー＋バック転	◆側転＋バック転 ◆ロンダート＋バック転・ステップアウト ◆ロンダート＋バック転 ◆ロンダート＋連続バック転 ◆前方ウォークオーバー＋ロンダート＋連続バック転

LEVEL 3

STANDING TUMBLING SKILLS 立位タンブリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みタンブリングスキル
◆連続バック転 ◆ジャンプ＋連続バック転 ◆バック転・ステップアウト＋バック転 ◆ジャンプ＋バック転 ◆連続バック転＋ジャンプ＋連続バック転	◆着手なし側転 ◆ロンダート＋タック ◆パンチフロント ◆ロンダート＋バック転＋バックタック ◆ロンダート＋連続バック転＋バックタック ◆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 ◆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

LEVEL 4

STANDING TUMBLING SKILLS 立位タンブリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みタンブリングスキル
◆立位バックタック ◆連続バック転＋バックタック ◆ジャンプ＋連続バック転＋バックタック ◆バック転＋バックタック ◆ジャンプ＋バック転＋バックタック	◆側転＋バックタック ◆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 ◆ロンダート＋連続バック転＋レイアウト ◆前方ウォークオーバー⇒レイアウト ◆パンチフロント・ステップアウト＋レイアウト ◆ロンダート＋バック転＋ウィップ＋バック転＋レイアウト ◆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 ◆前方転回＋パンチフロント ◆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 ◆ロンダート＋レイアウト

LEVEL 6・7

STANDING TUMBLING SKILLS 立位タンブリングスキル	RUNNING TUMBLING SKILLS 走り込みタンブリングスキル
◆ジャンプ＋バックタック	◆側転＋フルツイスト ◆ロンダート＋バック転＋フルツイスト ◆ロンダート＋フルツイスト ◆前方ウォークオーバー⇒フルツイスト ◆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 ◆前方フルツイスト
<Eliteレベル該当スキル> ◆立位フルツイスト ◆ジャンプ＋フルツイスト ◆バック転＋フルツイスト ◆ジャンプ＋バック転＋フルツイスト ◆連続バック転＋フルツイスト ◆ジャンプ＋連続バック転＋フルツイスト ◆バック転＋ウィップ＋連続バック転＋フルツイスト ◆連続バック転＋ダブルフルツイスト ◆ジャンプ＋連続バック転＋ダブルフルツイスト ◆バック転＋ウィップ＋連続バック転＋ダブルフルツイスト ◆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	<Eliteレベル該当スキル> ◆前方転回＋フロントフル ◆パンチフロント・ステップアウト＋フルツイスト ◆ロンダート＋バック転＋ウィップ＋フルツイスト ◆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 ◆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 ◆ロンダート＋ダブルフルツイスト ◆ロンダート＋バック転＋ダブルフルツイスト ◆前方ウォークオーバー⇒ダブルフルツイスト ◆パンチフロント・ステップアウト＋ダブルフルツイスト ◆ロンダート＋バック転＋ウィップ＋ダブルフルツイスト ◆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 ◆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 ◆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 ◆ロンダート＋ウィップ＋フルツイスト ◆ロンダート＋ウィップ＋ダブルフルツイスト ◆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

VARSITY ALL STAR スコアリングシステム　　減点システム

＜演技の完成度に対する減点＞

選手個人の落下・転倒　ー　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＞
・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 ・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 ・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	・歩いている移動時につまずく

ビルディングスキルの失敗　ー　0.5点減点

スタンツ、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＞
・クレイドルに落ちる ・乗り込み姿勢に落ちる ・うつぶせ姿勢に落ちる	・コエドのシングルベーススタンツが乗り込み姿勢に下りる ・エクステンションがプレップレベルのスタンツやスキルに下りる

ビルディングスキルの失敗による落下　ー　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、スタンツ、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＞
・複数のベース/スポッターが演技フロアに転倒する ・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 ・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 コエドスタンツ	・中断や停止なく連続的なスタンツ / ピラミッド移行時にトップが演技フロアに触れる

＜競技規定、その他の減点＞

ラインオーバー　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　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。

以下のカテゴリー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 Prep 部門 / Cheerleading 部門 Non-Tumbling – 2分00秒

イメージポリシー　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。

セーフティルール違反

・0.1点ー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点ーレベルの制限を超えたビルディングスキルの違反
・1.0点ー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須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　ー　1.0点減点

競技規定に定めれている事項に対する違反は1.0点減点。

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/