



【演技規定】

人数	・ 5 名以上とし、男女問わない	
演技エリア	・ 約横 19m ×奥行 14m の範囲で演技するものとする	
演技時間	・ 1 分 45 秒～2 分 30 秒 ※入退場を含まない	
	・ 演技開始のタイミングは、フロア上の選手のうち 1 名が挙手により合図すること（板付きのみ、曲先行は出来ません）	
演技内容	CHALLENGE 部門	[Pom] ・ [Jazz] ・ [Hip Hop] いずれかのカテゴリー ・ 2017 年度大会演技規定（協会 HP 参照）に則ること ・ [Pom]の構成には全年令通して、必ずしも Line Dance がいらなくても良い
		[POM MIX] ・ PomカテゴリーとJazz又は Hip Hop（もしくは両方）を取り入れた構成にすること
	ENJOY 部門	・ Pom /Jazz/Hip Hop/Pom MIX などカテゴリーの選択は自由 ・ 演技の内容、選曲、衣装は家族が楽しく観覧するイベントに相応しいもの
禁止事項	<ul style="list-style-type: none"> ・ 両部門、2017 年度大会演技規定に含まれる安全規定を（協会 HP 参照）必ず守ること ・ 演技の内容のうち「タンブリング」「ダンスリフト」「空中からの着地方法」などは各年代安全のため実施に制限があるため、部門や編成（年齢）によって異なる安全規定（協会 HP 参照）を必ず守ること 	
衣装	<ul style="list-style-type: none"> ・ 衣装は原則自由とするが、演技内容に見合ったものが好ましい ・ 演技者としての品位（清潔感、着用の仕方、身だしなみ等）を損なうものは避けること ・ シューズ（底の柔らかいジャズシューズやダンスシューズ、スニーカーなど）を必ず着用すること ・ 床を傷つける靴（ヒールタイプ）やダンスタイツだけ、裸足で演技をすることは不可 ・ 演技中に外れたり、身体を傷つける恐れのあるアクセサリの着用は禁止（しっかりと固定されたヘッドアクセサリや衣装の一部としたチョーカータイプのものは可） ・ <u>両部門、[Pom]では必ず手具として Pom を使用すること（Pom 以外の手具の使用は禁止）</u> ・ <u>両部門、[Pom Mix] [Jazz] [Hip Hop] では Pom 以外の手具の使用可</u> ・ [Pom Mix] [Jazz] [Hip Hop] で使用する手具は、基本手に持つタイプのもので、演技中にフロアや体を傷付ける恐れのあるものや大道具としての役割を持つものは不可（ハットや衣装の一部を取り外して使用するは可だが、傘、椅子、選手を覆う布などは不可） 	

- Pomとは …… クリーンでタイトなストレートモーションを中心としたダンス
正確で力強いアームモーション、ダンス技術、正確なテクニカルスキルが求められ、チームの一体感、同調性、均一性を重視する
視覚的効果（フォーメーションチェンジ、グループワーク、連続性、立体的な変化）を取り入れた
創造性溢れる振付構成が求められる
- Jazzとは …… バレエを基礎とするしなやかで流れるような動きを中心としたダンス
しなやかさ、ボディコントロール、バランス、ダンス技術、正確なテクニカルスキルが求められ、一体感、同調性、均一性が重視される
視覚的効果（フォーメーションチェンジ、グループワーク、連続性、立体的な変化）を取り入れた創造性のある振付構成、独創性のある
音楽の解釈が求められる
- Hip Hopとは… ストリートスタイル（Hip Hop・Funk・Locking など）の動きとリズムを取り入れたダンス
リズム、ボディアイソレーション、ボディコントロール、ステップワークが求められチームの一体感、同調性、均一性が重視される
視覚的効果（フォーメーションチェンジ、グループワーク、連続性、立体的な変化）を取り入れた音楽を生かしたダイナミックで創造性溢れる振付構成が求められる
- Line Danceとは… 肩を組むまたは腰に手を添えるなど選手がつながって行うキックのコンビネーション
美しいライン（隊列）、姿勢、正確なキックの技術バリエーションが求められ、チームの一体感、同調性、均一性が重視される