

JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 2018

演技規定

- Cheer Dance 部門 (中学生編成・高校生編成・大学生編成・一般編成) -

※赤字は2018年度からの改訂追記事項です

<p>構成</p>	<p>Pom/Hip Hop/Jazz/Line Dance の4つのカテゴリーの特性を生かしそれぞれ連続して20秒以上取り入れて構成すること (但し、Line Dance は20秒以上取り入れなくても良い) ※各カテゴリーの定義は競技規定を参照のこと</p> <p>【Line Dance 規定】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選手全員が16カウント以上つながった状態で内、全員同時に4本以上のハイキックを行うこと (途中離れることは不可) ・16カウントは選手が肩を組むまたは腰に手を添えた状態で (片手のみでも可)、横1列もしくはフロアに入りきらない場合、前後2列で行うこと ・4本のハイキックは自由だがパッセやレッグホールド、フロア正面に対して後向きまたは後方で行うキックは不可 (※左右2列、曲線、斜め、縦、怪我などによる選手の欠場で間隔が空いたままつながらずに行った場合は16カウントに含まれないので注意) ・4本のキックの本数不足、16カウント不足はそれぞれ<2点の減点> —上記の条件を満たしていれば、3列になる、列が離れるなどの構成やキックのパリエーションを取り入れることは自由—
<p>手具</p>	<p>Pom を含む手具の使用自由 (手具は振りを効果的に見せるために振付の一部として使用することが出来る) 手具は基本手に持つタイプのもの (ハットや衣装の一部を取り外して使用するなど) を可とする 演技中にフロアや体を傷つける恐れのあるもの、大道具としての役割を持つものは不可 (傘、椅子、選手を覆う布など不可) <違反の場合2点減点></p>
<p>安全規定</p>	<p>① Pom の扱いについて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・Pom を持ったまま手に全体重をかけることは禁止 【Pom を持ったまま実施可：前/後転、ショルダーロール】【Pom を持ったまま実施不可：馬とび、倒立、側転など左記有効技以外全て】 ・フロアや選手との接触面に Pom を持っていないければ、もう片方の手に Pom を持つことは可 (例：片手側転、片手で前方支持回転など) ・Pom を持ったままダンスリフトの補助は禁止 <p>② 個人で行う着地について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・空中 (フロアから完全に体が離れた状態) から、膝・腿・背中・肩・座位・前面・頭での着地を実施する場合は、衝撃を受け止めるため片手または片足から先に体重を受け止めること ・フロアから完全に体が離れた状態から腕立て伏せのポジションでの着地は実施不可 <p>③ 個人で行うタンブリングについて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンブリングとはアクロバット技をさし、他の選手との接触及び補助なしで個人が行いフロア上から始まりフロア上に着地する ・タンブリングは実施を推奨しないが演技に取り入れる際は チームの技術レベルを考慮し安全に実施すること、また以下禁止項目に注意すること 【有効：前/後転、ショルダーロール、倒立、ヘッドスタンド (頭支持倒立)、側転、前方/後方支持回転、ストール/フリーズ、ヘッドスピン、ウィンドミル、キップアップ、バイク姿勢での飛込み前転、ラウンドオフ (ロンダード)、手でのサポートを行いながらのヘッドスプリング、エアリアルカートウイール (側方宙返り)】 ※下線は空中で回転を伴うタンブリングのこと 【禁止：前方/後方ハンドスプリング、前方/後方宙返り、サイドソミ (抱込み側宙)、レイアウト (伸身宙返り)、シュシュノバ、手でのサポート無しのヘッドスプリング/レイアウト姿勢からの飛込み前転】 ・空中での回転を伴うタンブリングの連続技 (2つ以上続けて行うこと) は禁止 ・タンブリングしている選手の上や下をタンブリングしながら通過、超えることは禁止
<p>安全規定</p>	<p>④ ベアやグループで行うリフトおよびパートナーリングについて</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サポート選手は実施選手がショルダーレベルを超えない場合はフロアに完全に接地し続ける必要はない ・ショルダーレベルを超える技を行う場合は、その技全体を通して少なくとも1人のサポート選手が1人の実施選手に触れ続けていなければならない ・実施選手がリリース後、逆さ (個人のウエスト・腰・足が頭・肩よりも高くなるポジション) になってはならない ・実施選手は、1人または複数のサポート選手によりキャッチされるか、着地をサポートされなくてはならない ・実施選手はうつ伏せのポジションで受け止められてはならない ・いかなるサポート選手も、技の実施を通してリリースまたはキャッチ、サポートする際には手には何も持たずに行わなくてはならない ・実施選手の腰がヘッドレベルを超える回転技は以下の条件で実施可— <ul style="list-style-type: none"> a. 実施選手がフロアに着地、もしくは直立の状態に戻るまでサポート選手が支え続ける場合のみ実施可 ・倒立姿勢をとる場合は以下の条件で実施可— <ul style="list-style-type: none"> a. 実施選手がフロアに着地、もしくは直立の状態に戻るまでサポート選手が支え続けること b. 実施選手の肩の高さがショルダーレベルを超える場合、少なくとも1人のスポッター (実施選手が体重をかけていない) をつけること (補足：サポート選手が3人いる場合、スポッターは不要) <p>⑤ フロアへの着地について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施選手がジャンプ、リープ、ステップ、ブッシュオフでサポート選手から飛び降りる場合は以下の条件で実施可— <ul style="list-style-type: none"> a. リリースの最高到達点において、実施選手の腰の高さがショルダーレベルを超えてはならない b. リリース後、実施選手はうつ伏せ及び逆さのポジションを通過してはならない ・サポート選手が実施選手をトス (実施選手の高さを増すために、サポート選手が実施選手を投げ上げる動作を伴う行為) を行う場合は、以下の条件で実施可— <ul style="list-style-type: none"> a. トスの最高到達点において、実施選手の腰の高さがショルダーレベルを超えてはならない b. リリース時、実施選手は仰向け及び逆さのポジションになってはならない c. リリース後、実施選手はうつ伏せ及び逆さのポジションを通過してはならない <p style="text-align: right;"><上記安全規定①～⑤の禁止事項を行った場合は2点減点></p>