

『公式競技ルーティン』の概要

競技概要

❖部門・年齢・演技時間・競技エリア

	部門	年齢区分*	演技時間	競技エリア
シニア	男子シングル	17才以上	1分20秒±5秒	10m×10m
	ミックス・ペア			
	トリオ			
	グループ			
ユース	ユース2 男子シングル	14～16才	1分15秒±5秒	7m×7m
	ユース2 女子シングル			
	ユース1 男子シングル	11～13才		
	ユース1 女子シングル			

*：大会開催年 12 月 31 日現在での年齢

❖服装規定

清潔でスポーツ選手としてふさわしい外観であること。演劇的であったり、ミュージカル的であったりする服装は不可。女子選手は、体にフィットしたワンピース型レオタードとベージュ色または透明のタイツ及び白色ソックスを着用し、男子選手は体にフィットしたユニタードと白色のソックスを着用。

❖使用曲

いかなる音楽も使用可だが、エアロビックの特性／特徴を活かすものでなければならず、選手の演技構成と動きのペースおよびパフォーマンスそのものを高めるものでなければならない。

❖演技構成

複雑で強度の高い「AMP(エアロビック動作パターン)」を音楽に合わせて連続的に実施する。

ルーティンには、以下の4種類に分類された難度のエレメント・グループから最低1個の難度エレメントを3グループから選んで組み込むほか、移行動作やつなぎをバランスよく組み込んでルーティンを創る。側転やバック転などのアクロバティック・エレメントについては2個まで実施可で、難度エレメントと連結して行うこともできる。ミックス・ペア/トリオ/グループ部門については、リフトを1回組み込むほか、選手間のコラボレーションを上手に表現しなければならない。

なお、難度エレメント実施可能数やエレメントの連結方法／数は部門毎に決められており、ユースについては、決められた必修動作を実施しなければならない。

1. Aグループ：「ダイナミック・ストレングス」（動的筋力）
2. Bグループ：「スタティック・ストレングス」（静的筋力）
3. Cグループ：「ジャンプとリープ」（跳躍力）
4. Dグループ：「バランスとフレキシビリティ」（平衡性と柔軟性）

【エレメントにおける4種類のグループ及び代表的なエレメント】

Aグループ:エクスプローシブ・Aフレーム



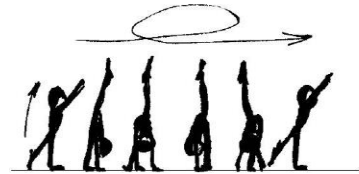
Bグループ:Lサポート・1/1ターン



Cグループ:ストラドルジャンプ・トゥ・プッシュ・アップ



Dグループ:イリュージョン



審査概要

❖ 審判員の役割と評価基準

- | | |
|-----------|---|
| 1. 主任審判員 | 審判団を統括し、禁止動作の実施や、規定数を超えるリフトなどに対しての減点を行う。 |
| 2. 実施審判員 | すべての動きのテクニカル・スキル(技術)を減点法で審査する。 <ul style="list-style-type: none">・ フォーム・ 姿勢／アライメント・ 正確性 |
| 3. 芸術審判員 | 次の観点に基づいてルーティンの芸術面を評価する。 <ul style="list-style-type: none">・ 音楽と音楽性・ エアロビック・コンテンツ・ AMPシークエンス以外の内容・ 競技スペースの利用・ 芸術性 |
| 4. 難度審判員 | 実施エレメントを評価する。 |
| 5. ライン審判員 | ラインオーバーを審査する。 |
| 6. タイム審判員 | 演技が規定の時間内に行われたか等を審査する |