

関西ジュニアカップ 男女競技規則

(2022年訂正版)



制作

関西ジュニア体操クラブ協議会

関西ジュニアカップ男子競技規則 (2022~)

	初級	中級	上級
ゆか	12m×12m		
あん馬	円馬60~70cm	鞍馬115cm (跳びつき台の使用可)	鞍馬115cm (跳びつき台の使用可)
つり輪		265cm	265cm
跳馬	跳馬110cm	跳馬120cm	跳馬125cm
平行棒		185cm ※マット面より165cm	195cm ※マット面より175cm
鉄棒	245cm	275cm	275cm

- ◇ 競技規則については初級は関西ジュニア適用規則、2022年度版中学校男子適用規則及びジュニア規定に、中級は日本体操協会U12-2022年度版採用規則、上級は2022年度版中学校適用規則(U15)に準ずる
- ◇ 寸度については床面からの計測とするが、初級あん馬はマット面からの計測とする。
- ◇ 規定の寸度に微妙に合わない場合は近いほうに合わせる。
- ◇ 初級あん馬の採点規則及び演技内容は春の西宮大会のものを採用する。
- ◇ 各級共に禁止技については削除する。また、アップ時に選手が行う技が未習熟で危険を伴うと判断できる場合、主権限であらかじめ実施不可の警告を行います。この警告を無視して実施した場合、その種目の得点は0点とする。

配点

	初級	中級	上級
要素	6技		
難度	1.80 (0.30×6)		
特別要求	0.90 (0.30×3)		
加 点	0.20 (跳馬は0.30)		
実 施	7.10		
ゆか	演技時間75秒以内 ※60秒と70秒の時間経過を音による合図で知らせる		
あん馬	円馬による旋回(10周) ※ジュニア体操西宮大会(春)の規定演技		
跳馬	2助走1試技		
吊り輪			
平行棒			

日本体操協会U12
2022年度版採用規則

日本体操協会2022年度版中学校適用規則(U15)

採点 ・ 特別要求

	初級	中級	上級
ゆか	①前方系又は後方系の跳躍技 ②片足上でのバランス静止技 または倒立静止（2秒） ③柔軟性を表現する技（2秒）		
あん馬	規定演技 円馬による旋回（10周）		
跳馬	以下の表のようにそれぞれの跳躍技に 独自の基礎点を定める	日本体操協会U12 2022年度版採用規則	日本体操協会2022年度版 中学校適用規則（U15）
	a) 前転とび群 前転とび・・・・・・・・ 9.20 前転とびひねり・・・・ 9.30 前転とび1回ひねり・・・・ 9.50 前転とび3/2ひねり・・・・ 9.70		
	b) ツカハラとび群 かかえこみツカハラとび・・ 9.50 屈身ツカハラとび・・・・ 9.70		
	c) 前転とび前方宙返り群 前転とび前方かかえこみ宙返り・9.70		
	上記にない跳躍技は2022年度版採点規則の 価値点から以下のように判定される		
	2.80～ →9.70 2.40～2.70→9.50 2.00以下→9.40		
鉄棒	①懸垂振動ひねり技 ②支持回転技 ③終末技		※跳馬は、跳馬1を採用
つり輪			
平行棒			
その他	◇ 技の繰り返しは二回まで認める。 ◇ 実施減点は、小欠点（0.10）・中欠点（0.20） ・大欠点（0.30）・落下（0.50）とする。 ◇ 9.0以上の演技に対し0.05採点を採用する。		

関西ジュニアカップ女子競技規則 (2022)

	初級	中級	上級
跳馬	跳馬110cm	跳馬125cm	
段違い平行棒	上255cm 下175cm		
平均台	125cm		
ゆか	12m×12m		
課題	自由演技		
競技規則	関西ジュニア制定規則	全日本ジュニアBクラス規則 ※1 (跳馬は自由演技)	2022年度版変更規則 I

※1 関西ジュニア制定規則

関西ジュニアカップ 女子規則 ◇初 級◇ (2022)

		内容	構成要求 (CR)	加点	内訳		
跳馬	自由演技	禁止の跳躍はなし ただし、Dスコアは3.2Pが最高得点	2回の跳躍を実施し、良い方の得点が有効点	着地が止まる +0.30	(D) 3.20+ (D) 加点0.30+ (E) 10.00		
		段違い平行棒	①低棒と高棒を使った演技 ②け上がり ③閉脚振上げ倒立 ④8要素以上の演技 ⑤終末技A以上 (高棒からフット下りはA難度として認める)	着地が止まる +0.30	(D)	DV 1.60 CR 2.50 加点 0.30	(E) 10.00
平均台	自由演技	※ 終末技を含む 8要素以上で構成 (要素は演技順に1回のみ数える。) (演技時間は90秒まで)	①片足ふみきり前後開脚ジャンプ (大ジャンプなど) ②片足上の360度ターン ③後方のアクロバット系要素 ④前方または側方のアクロバット系要素 ⑤終末技A以上 (側方倒立回転ありOK)	着地が止まる +0.30	(D)	DV 1.60 CR 2.50 加点 0.30	(E) 10.00
ゆか		※ 終末技を含む 8要素以上で構成 (要素は演技順に1回のみ数える。) (演技時間は90秒まで)	①180度の前後開脚の跳躍技を含む 2つのダンス系の技での移動 (同一技OK) ②片足上の360度以上のターン ③前方または側方のアクロバット系要素 ④後方のアクロバット系要素 ⑤最終のアクロバット系シリーズ (2つ以上の空中局面を伴う技からなる) は、A難度以上	180度以上の開脚 +0.30	(D)	DV 1.60 CR 2.50 加点 0.30	(E) 10.00

◇ 実施要素については日本体操協会制定の2022年度版女子採点規則集記載の要素を行うこと。

(変更規則Ⅰの「Aの難度と認められる要素」を含む。また、構成要求に使用できる。)

◇ 日本体操協会制定の2022年度版女子採点規則集「第8章一般欠点と減点表」および各種目の「特有な実施減点」「芸術性と構成の減点

(平均台、ゆか)」を適用する。

ただし以下の減点はされない

① 段違い平行棒における要素のない棒間移動 (0.50)

② 平均台における要素のない開始技 (0.10)

◇ (D) …Dスコア、(E) …Eスコア

DV…難度点 A要素=0.10/B要素以上=0.20で算出

CR…構成要求

※ 数えられた8つの技の中には少なくとも以下を含まなければならない

・3つのダンス系の技

・3つのアクロバット系の技

◇ 短い演技については、2022年度版女子採点規則集、変更規則Ⅰの<短い演技>を適用

関西ジュニアカップ 女子規則 ◇中 級◇(2022)

		難度点 (DV)	構成要求 (CR)	その他
跳馬		禁止の跳躍はなし ただし、Dスコアは3.6Pが最高得点	2回の跳躍を実施し、良い方の得点が有効点	
段違い平行棒	自由演技	E 難度以上の技は禁止とする。実施した場合は各 -0.5 最終得点より減点	①高棒から低棒または低棒から高棒へ移動する空中局面を伴う技 + 0.5 ②C難度以上の、棒に近い回転系の技 + 0.7 ③異なる握り（振り上げ倒立、開始技と終末技は除く） + 0.8 ④車輪での180°以上のひねりを伴う技 + 0.5 ⑤終末技 ・終末技がない + 0.0 ・A難度の終末技 + 0.3 ・B難度以上の終末技 + 0.5	3.00 短い演技に対して 2022年度版女子採点規則集 変更規則Ⅰの<短い演技>を適用
平均台			①180°開脚（前後/左右）または左右開脚屈身姿勢のリープ、ジャンプ、ホップを1つは含む少なくとも2つ以上の異なる技からなるダンス系の組み合わせと、もう1つの異なるリープ、ジャンプ、ホップのダンス系の技 ※（注1） + 0.8 ②1つの360°以上のターン（GROUP3～） ・A難度での実施 + 0.5 ・B難度以上での実施 + 0.7 ③少なくとも2つ以上の空中局面を伴う技からなるアクロバット系の技（同一技でも良い） + 0.5 ④方向の異なる（前方/側方と後方）アクロバット系の技 + 0.5 ⑤終末技 ・終末技がない + 0.0 ・A難度の終末技 + 0.3 ・B難度以上の終末技 + 0.5	3.00 ★A難度(0.1)を認められる要素以下の要素は1技として認められるが、構成要求には使用できない。 平均台 ① 伸身とび ② かかえ込みとび ③ 前転 ④ 後転 ゆか
ゆか			①1つは180°の前後/左右開脚または左右開脚屈身の跳躍技を持つ、2つの異なるリープまたはホップ（難度表にある）で構成された直接または間接（ランニングステップ、小さなリープ、ホップ、ジャンプ、シャッセ、シェネターンが入る）の組み合わせでの移動と、もう1つのB難度以上のダンス系の技※（注2） + 0.8 ②2つの異なる宙返りを含む1つのアクロライン + 0.5 ③ひねり（1回以上のひねり）を伴う宙返り + 0.5 ④3本アクロラインの実施 + 0.5 4本アクロラインの実施 + 0.7 ⑤終末技 ・終末技がない + 0.0 ・A難度の終末技 + 0.3 ・B難度以上の終末技 + 0.5 ※構成要求の②③④⑤は、アクロラインの中で実施しなければならない。	3.00

◇ 各種目に記載された内容を採用し、記載されていない部分は（公財）日本体操協会制定の採点規則（2022年度版）一般条項に準ずる

◇ 段違い平行棒における構成減点の低棒～高棒へジャンプして移動する（-0.5）の減点は適用しない

※（注1）例 ・前へ脚交差した前後開脚とび～ウルフとジョンソンなど

・両足踏切り、左右開脚屈伸とび～シノンヌと前へ脚交差した前後開脚とびなど

※（注2）ねらいは大きな流れと移動する動きを作ることにあ

・ダンス系の技での移動で、ジャンプやターンは移動がないので認められない。シェネターン（両足上での1/2ターン）は移動するステップなので間に入ることが認められる。

・ダンスの技での移動の1つめのリープまたはホップは片足で着地しなければならない。

例 ・前へ脚交差した前後開脚とび～ジョンソンとボバなど

・前へ脚交差した前後開脚とび～前後開脚とびと2回ターンなど