

区分	Aクラス	Bクラス	CⅠクラス	CⅡクラス	Dクラス
学年別	中1～中3	小4～小6	小1～小4	小5～中3	無級のもの（年齢は問わない）
項目			とび箱・段違い平行棒・平均台・ゆか	跳馬・段違い平行棒・平均台・ゆか	とび箱・鉄棒・平均台・ゆか
			器具寸度	とび箱 横	跳馬
跳馬 125cm	<p style="text-align: center;">日本体操協会 2022年版採点規則 変更規則Ⅰを適用</p> <p style="text-align: center;">日本体操協会 2022年版採点規則 変更規則Ⅱを適用</p>		CⅠとび箱 100cm (±5cm) 構成要求 D 最大3.00P (3.00P以上で4.20Pまでの跳躍技を実施しても3.00Pとする) E 10.00から実施減点 ※難度表にない跳躍技での実施はE 8.00から実施減点 D なし ※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる	90cm (±5cm以内)	とび箱 横 90cm (±5cm以内) 要素であってもなくてもよい (全て10.00満点) ※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる
段違い平行棒(鉄棒)			段違い 平行棒 255cm 175cm ①構成要求はない。但し一技不足毎に0.5減点とする ②開始・終末技は要素でなくてもよい ※倒立局面を逸脱することによって難度が変わる要素に対しては禁止技としない (例) 後方シムルゲ倒立 後方浮支持回転倒立など ※技の実施なしで棒を換えても減点としない ※使用する棒は、高棒のみ・低棒のみ・両棒を使用しても採点には影響しない ※飛びつく際、補助をしても減点対象とならない E 12.50から実施減点	鉄棒 低学年160cm 高学年180cm ※後ろ振り上げが倒立になっても減点としない ※後方浮支持回転(A)が倒立近い角度になっても減点としない	
平均台			平均台 125cm 演技時間 90秒まで ①180°開脚(前後/左右)または開脚屈伸姿勢を伴う1つの跳躍技 ②ターン(グループ3) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤終末技はA難度のみ ※難度表にない開始技を実施しても減点としない E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・立ち姿勢を含めた美しい体線での実施 0.30まで ・芸術的な演技 0.30まで ・構成と振り付け 0.30まで	平均台 110cm 演技時間 60秒まで ①最大1往復半の演技 ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ(グループ2) ④バランス系要素を1つ(グループ4) ⑤片足上の180°以上のターンを少なくとも1つ(グループ3) ※②～⑤は台上で実施しなければならない	
ゆか			ゆか 演技時間 90秒まで ①180度の開脚(前後/左右)または開脚屈伸姿勢の跳躍技を含む2つの異なるダンス系での移動 ②ターン(グループ2) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤最後のアクロバット系の技はA難度のみ E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・芸術的な演技 0.30まで ・構成と振り付け 0.30まで ・音楽と音楽性 0.30まで	ゆか 演技時間 60秒まで ①最大1往復半の演技 (対角線のみを使用) ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ(グループ1) ④バランス系要素を1つ ⑤片足上の180°以上のターンを少なくとも1つ(グループ3) *音楽伴奏はあってもなくてもよい	
Dスコア			D 5つ以上の難度を入れる DV(難度点)は最大0.50とする (すべての難度を各0.10の価値とする) 構成要求 各0.50P(2.50P)	*平均台・ゆかの必須構成内容5つは必ず入れる (ない場合は各0.50の減点) *平均台・ゆかの②・③は同一技を2回実施してもよい *鉄棒も同じ運動または難度を2回まで実施してよい	
Eスコア			E 10.00から実施と芸術性の減点 (平均台とゆかのみ)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">全種目最大13.00満点とする</div>	
禁止技	なし	なし	C難度以上(ダンス系を除く)		B難度以上(ダンス系を除く)

備考： 1) 大阪体操協会適用規則以外は、日本体操協会制定の2022年版女子採点規則 変更規則Ⅰを適用

2) 着地用追加マット(10cm)はDクラスでは置いても置かなくてもよい。(減点はしない)  
ただし、A・B・Cクラスは必ず置くこと。

3) Aクラスの各種目で難度表にはないが、変則規則でA(0.10)の難度点として認められる技はB・C・Dクラスでも同様に扱う。

大阪体操協会 大阪オープン 《女子採点指針》 R5.4 改正

全体として	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 膝、つま先の緩みがなく手先足先までコントロールされた美しい姿勢での演技</li> <li>2. 欠点のない正確な技の実施</li> </ul>
跳馬	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 助走から着手までのスピードと鋭い突き上がりのあるダイナミックな跳躍</li> <li>・ 第1空中局面, 支持局面に欠点がなく正確な実施</li> <li>・ 着地の先取りができる跳躍</li> </ul>
段違い 平行棒	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 腕の曲がりや膝、つま先の緩みのない美しく伸びた体線での正確な技の実施</li> <li>・ け上がり～後ろ振り上げや支持回転系の技において、姿勢欠点のない正確な技の実施</li> <li>・ 車輪系の技や支持回転系の技、終末技における振幅の大きい実施</li> </ul>
平均台	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 重心が高く常に美しい立ち姿勢</li> <li>・ 立ち姿勢や歩く姿勢も含め、常に膝、つま先の緩みがない美しい演技</li> <li>・ アクロバット系、ダンス系の技の正確な実施</li> <li>・ 身体を最大限に使った動き</li> </ul>
ゆか	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 立ち姿勢や歩く姿勢も含め、常に手先足先までコントロールされた美しい姿勢での演技</li> <li>・ フロントハンドホ、アンヘポの技の同じのキズを破る実施</li> <li>・ 身体を最大限に使った、表現力豊かで芸術的な演技</li> </ul>

大阪体操協会 大阪オープン 《女子禁止技》

女子	Cクラス	
跳馬		
段違い平行棒	C難度以上の技	終末技はB難度以上禁止
平均台	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上の技	終末技はB難度以上禁止
ゆか	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上の技	終末技はB難度以上禁止

\* 万一禁止技を実施した場合は、男女とも次のとおりとする。

1. 跳馬の場合は0点とする。
2. 実施した禁止技の難度は認めない。ただし実施減点はなされる。
3. 実施した場合、全ての級において各0.50の減点とする。