

区分	C Iクラス		C IIクラス		区分	D Iクラス		D IIクラス	
学年別	小1～小4		小5～中3		学年別	年長～小4		小5～中3	
項目	とび箱・段違い平行棒・平均台・ゆか				項目	とび箱・鉄棒・平均台・ゆか			
とび箱	器具寸度	とび箱 横		跳馬	とび箱 横	必須構成内容			
	C I 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)	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)	器具寸度	段違い平行棒 255cm 175cm			鉄棒 (D I) 160cm (D II) 180cm	①5つの運動または難度で実施 ※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			
		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) 後方シュルダール倒立 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							
平均台	器具寸度	平均台 125cm			平均台 110cm	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 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 ※②～⑤は台上で実施しなければならない			
	演技時間	90秒まで				60秒まで			
ゆか	器具寸度	ゆか			ゆか	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 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 ※アクロバット系の前に一回より多く両足 (パレエの6番)で立っても減点としない * アクロラインの前の両足上での静止、減点としない * 音楽伴奏はあってもなくてもよい			
	演技時間	90秒まで				60秒まで			
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) <b>全種目最大13.00満点とする</b>				<b>全種目難度点を問わず10.00満点とする</b>				
禁止技	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クラスでは置いて置かなくてもよい。(減点はしない)

ただし、Cクラスは必ず置くこと。

3) 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C・Dクラスでも同様に扱う。

## 大阪体操協会 Challenge&Dream大会 《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 Challenge&Dream大会 《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。