

大阪体操協会男子適用規則 Challenge & Dream大会 (CD大会)

区分	Challenge I・II クラス	Dream I・II クラス
ゆか	難度 2.1 実施 7.4 加点 0.5	規定演技
あん馬 Cクラス とび箱 Dクラス 円馬	・難度は0.3×7技 ・加点(0.50) 熟練性0.50	規定演技
鉄棒	・技はすべて 2回まで認定できる	規定演技
跳馬 (2助走1試技)	中体連適用規則+0.5 上限 9.5 加点 0.5	規定演技
平行棒	規定演技	
つり輪	規定演技	

Challenge I・II クラスあん馬(とび箱)特別措置

例 正面旋回7回 → 7技 (9.5+0.5)

縦向き旋回7回使って前移動 → 7技 (9.5+0.5)

縦向き旋回を4回使って前移動-同様に4回使って後ろ移動-1/2転向下り → 9技

大阪体操協会適用規則 Challenge & Dream大会 (CD大会) 寸度表 * 計測は床面から

区分	Challenge I・II クラス	Dream I・II クラス
あん馬	とび箱 中型80cm (12cm着地マット) 踏み台	円馬 (12cm着地マット) 踏み台
つり輪	265cm (20cm着地マット) +20cmセーフティマット	
跳馬	跳馬 110cm (20cm着地マット)	とび箱 横 100cm±5cm (20cm着地マット)
平行棒	160cm (20cm着地マット)	
鉄棒	265cm (20cm着地マット) +20cmセーフティマット	180cm (20cm着地マット)

※追加着地補助マット10cm厚を認める。

つり輪1枚、跳馬1枚(4m×2m)、平行棒1枚、鉄棒2枚(2m×2m4枚でも可)

※あん馬の踏み台に関しては、ロイター板・とび箱の1段・セフティーカラー。持ち込み可。

Challenge&Dream 大会規定

C I・IIクラス つり輪 奨励種目 規定演技

区分	配点	解説文
I	1.5	腕を軽くまげて引き上げ逆懸垂～前振り出し～懸垂後ろ振り
II	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
III	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
IV	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
V	2.0	後方かかえ込み宙返り下り
	0.5	加点

C I・IIクラス 平行棒 規定演技

区分	配点	解説文
I		予備運動支持静止から両足を前に上げ、後ろ振り
II	2.0	支持前振り～後ろ振り
III	2.0	支持前振り～後ろ振り
IV	2.0	支持前振り～後ろ振り
V	2.0	支持前振り～後ろ振り
VI	1.5	支持前振り～後ろ振り片手持ち替えて下向き下り(バーを横にして着地)
	0.5	加点

D I・IIクラス ゆか 規定演技

区分	配点	解説文
I	2.0	直立から1歩踏み出して水平バランス(2秒静止)
II	2.0	倒立前転
III	3.0	3～5歩助走し前転とび両足着地
IV	3.0	→直ちにホップ～ロンダートジャンプ着地

D I・IIクラス あん馬(円馬) 規定演技

I	10.0	正面立ちから両足左入れ背面支持→閉脚旋回4回 →両足右抜き下り(馬を正面にして着地)
---	------	---

※ 全体を通して逆にできる。

D I・IIクラス 跳馬(とび箱) 規定演技

I	10.0	前転とび
---	------	------

D I・IIクラス 鉄棒 規定演技

I	2.0	逆上がり支持
II	2.0	後方支持回転
III	3.0	前方支持回転～後ろ振り上げ
IV	3.0	後方開脚足裏支持棒下振り出し下り

大阪体操協会 男子 《禁止技》

区分	Challenge I・II クラス
禁止技	C難度以上
ゆか	前方宙返り1回以上のひねり技 後方宙返り3/2回以上のひねり技 2回宙返り技
跳馬	宙返りを伴う技 1回以上のひねり技
鉄棒	宙返りひねり下り 2回宙返り下り