|  |
| --- |
| ***種目表*** |

**【各部門共通】**

　次にあげた３８種目以外の種目を使用することはできない。

　（３８種目とは（公財）日本体操協会・トランポリン段階練習表（普及版）３０番までの種目をさす。

　No.1、No.27、No.29を除き、腰落ちー腰落ち、腹落ち－腹落ち、  
　　ひざ落ちーひざ落ち、よつんばい落ちーよつんばい落ちを加えたもの。）

|  |  |
| --- | --- |
| 1.　1/2捻り跳び（ハーフ・ピルエット） | 20.　腰落ちーよつんばい落ち |
| 2.　腰落ち | 21.　よつんばい落ちー腰落ち |
| 3.　腰落ちー立つ | 22.　腰落ちー1/2捻りよつんばい落ち |
| 4.　腰落ちー腰落ち | 23.　腰落ちー1/2捻り腹落ち |
| 5.　膝落ち | 24.　閉脚跳び |
| 6.　膝落ちー立つ | 25.　1/2捻り腰落ち |
| 7.　膝落ちー膝落ち | 26.　１回捻り跳び（ピルエット） |
| 8.　腰落ちー膝落ち | 27.　腰落ちー腹落ち |
| 9.　膝落ちー1/2捻り腰落ち | 28.　膝落ちー腹落ち |
| 10.　腰落ちー1/2捻り膝落ち | 29.　腹落ち |
| 11.　膝落ちー腰落ち | 30.　腹落ちー立つ |
| 12.　抱え跳び | 31.　腹落ちー腹落ち |
| 13.　よつんばい落ち | 32.　腹落ちー腰落ち |
| 14.　よつんばい落ちー立つ | 33.　腰落ちー1/2捻り立つ |
| 15.　よつんばい落ちーよつんばい落ち | 34.　腰落ちー1/2捻り腰落ち（スイブル・ヒップス） |
| 16.　よつんばい落ちー1/2捻り腰落ち | 35.　１/２捻り腹落ち |
| 17.　開脚跳び | 36.　腹落ちー1/2横回り腹落ち（ターンテーブル） |
| 18.　よつんばい落ちー腹落ち | 37.　腰落ちー１回捻り腰落ち（ローラー） |
| 19.　腹落ちー膝落ち | 38.　一回捻り腰落ち |

**●ツウ・バウンス・・・ツウサイン（指でＶサイン）と｛ツウ・バウンス｝の発声が必要。**

**どちらか一つでは認められない。**

**●種目の無効の判断**

**※府県代表の部のみ対角線以上を無効とする。**

**ピルエット・・・横向き⁻両足の向きが２７０度以内、４５０度以上にならなければＯＫとする。**

**片足だけでも行き過ぎたり足りなければアウト。**

**スイブルヒップス・・・横周りはアウト**

**ターン・テーブル・・・縦回りはアウト**

**ローラー・・・捻り不足　片方のお尻のみの着地はアウト。手のつく位置は片方に両手でも**

**ＯＫとする。**