

種 目 表

【Aクラスの部】

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 垂直跳び、No.27 ドンキーキック、No.29 腰落ち～水平背落ち、を除き

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

※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。

【Bクラスの部】 上記38種目の1～34までの種目で行う。