

# アーティスティックスイミング 競技規則

(2026)



公益財団法人 日本水泳連盟

## 目 次

1. 総 則	3
2. 競技会	3
3. 年齢要件	3
4. セッション	3
5. プログラム	4
6. エントリー	5
7. 予選および決勝	6
8. フィギュアセッション	6
9. フィギュアパネル	7
10. フィギュアの審判	7
11. フィギュアセッションにおけるペナルティ	7
12. フィギュア結果の算出	8
13. ルーティンセッション	8
14. ルーティンの制限時間	10
15. 音 楽	11
16. ルーティンパネル	11
17. ルーティンの審判	12
18. ルーティンにおける減点とペナルティおよびその他の事項	13
19. ルーティン結果の算出	24
20. 最終結果	25
21. 競技役員とその任務	26
22. レフリー	27
23. 他の競技役員	28
24. 主催者の任務	28
25. エイジグループ規則	29
26. 水着と身に着けられるもの	30
27. アーティスティックスイミング施設と設備	31
28. アーティスティックスイミングの医事および安全に関する特定の要件	35
29. 附 則	35
30. 抗 議 (Part 1 [13])	209
31. その他	209

# アーティスティックスイミング競技規則

この競技規則は世界水泳連盟（以下「World Aquatics」と言う）の競技規則 PART 7 アーティスティックスイミング（COMPETITION REGULATIONS PART SEVEN: ARTISTIC SWIMMING RULES）に則り定める。国内競技会は、競技会要項などで、別段の定めができるものとする。

## 1. 総 則

すべてのアーティスティックスイミング国際競技会は、World Aquatics の競技規則に基づいて行われる。

## 2. 競技会

### 2.1 イベント

アーティスティックスイミングのイベントは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチーム、オープンフリーコンビネーション、オープンアクロバティックルーティンとする。

### 2.2 世界選手権大会とオリンピック競技大会

#### 2.2.1 オリンピック競技大会

##### 女子

デュエットテクニカルルーティン、デュエットフリールーティン

##### オープン

チームテクニカルルーティン、チームフリールーティン、チームアクロバティックルーティン

#### 2.2.2 世界選手権大会と世界ジュニア選手権大会

##### 2.2.2.1 世界選手権大会

##### 女子

ソロテクニカルルーティン、ソロフリールーティン、  
デュエットテクニカルルーティン、デュエットフリールーティン

##### 男子

ソロテクニカルルーティン、ソロフリールーティン

##### オープン

チームテクニカルルーティン、チームフリールーティン、チームアクロバティックルーティン

##### ミックス

ミックスデュエットテクニカルルーティン、ミックスデュエットフリールーティン

### 2.3 世界ユース選手権大会

#### 2.3.1 セッション

女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、チームフリー、  
フリーコンビネーション、フィギュア

## 3. 年齢要件

オリンピック、世界選手権大会、ワールドカップの競技者は、競技会開催年の12月31日に15歳に達していなければならない。

## 4. セッション

### 4.1 フィギュア

女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームの各競技者は、〔29.1 附則1〕に記載されたエイジグループカテゴリに従って、4フィギュアあるいは2フィギュアを行わな

ればならない。

オープンフリーコンビネーションの各競技者は、〔29.1 附則1〕に記載されたフィギュアを行ってもよい。エイジグループフィギュアは、World Aquatics 理事会の承認の下に、4年ごとに World Aquatics アーティスティックスイミング技術委員会（以下「TASC」と言う）により選定される。World Aquatics は、必要と判断した場合、いかなる変更も行う権利を有する。

#### 4.2 テクニカルルーティン 予選／決勝

テクニカルチームルーティンは4～8人の競技者で構成する（例外については〔6.2〕を参照）。テクニカルルーティンでは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームはそれぞれ〔29.2 附則2〕に記載されたテクニカルリクワイヤドエレメント、あらかじめ決められた数のエレメント（ハイブリッドとアクロバティック）、および自由に選択できるトランジションで構成される（本規則の〔29.3 附則3〕参照）。各競技のエレメントおよびエレメント数は、World Aquatics 理事会の承認の下、4年ごとに TASC により選定される。World Aquatics は、必要と判断した場合、いかなる変更も行う権利を有する。

ルーティンは、音楽に合わせて振り付けられる。

#### 4.3 フリールーティン 予選／決勝

フリーチームルーティンは、4～8人の競技者で構成する（例外については〔6.2〕を参照）。

女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームそれぞれのフリールーティンは、あらかじめ決められた数のエレメント（ハイブリッドとアクロバティック）、およびトランジションの自由選択（〔29.3 附則3〕参照）を行わなければならない。

各イベントのエレメント数は、World Aquatics 理事会の承認の下、4年ごとに TASC により選定される。World Aquatics は、必要と判断した場合、いかなる変更も行う権利を有する。

ルーティンは、音楽に合わせて振り付けられる。

#### 4.4 フリーコンビネーション 予選／決勝

フリーコンビネーションは4～10人の競技者がルーティンを組み合わせて構成する。

オープンフリーコンビネーションは、あらかじめ決められた数のエレメントを行い、音楽に合わせて振り付ける。（〔29.3 附則3〕参照）

ルーティンは、音楽に合わせて振り付けられる。

#### 4.5 アクロバティックルーティン 予選／決勝

アクロバティックルーティンは、4～8人の競技者で構成する。アクロバティックルーティンには〔29.3 附則3〕に記載されているように、あらかじめ決められた数のエレメントがある。

ルーティンは音楽に合わせて振り付けられる。

## 5. プログラム

### 5.1 オリンピック競技大会

オリンピックプログラムは World Aquatics によって承認される。

### 5.2 世界選手権大会：テクニカルルーティン予選、テクニカルルーティン決勝、フリールーティン予選、アクロバティックルーティン予選、フリールーティン決勝、アクロバティックルーティン決勝（制限時間は〔14〕に記載の通り）。

### 5.3 ワールドカップ

テクニカルルーティン決勝、フリールーティン決勝、アクロバティックルーティン決勝（制限時間は〔14〕に記載の通り）。最終的なセッションの順番は、World Aquatics と組織委員会が決定する。

### 5.4 世界ジュニア選手権大会

予選が行われるのは女子ソロフリー、女子デュエットフリー、オープンチームフリー。その他の種目

はすべてダイレクト決勝（制限時間は〔14〕に記載の通り）。セッションの最終的な順序は、World Aquatics と組織委員会によって決定される。

## 5.5 世界ユース選手権大会

フィギュアとフリールーティンを次の通り行う。フリールーティン予選、フリーコンビネーション予選、フィギュア、フリールーティン決勝、フリーコンビネーション決勝（制限時間は〔25.5〕に記載の通り）。セッションの最終的な順序は、World Aquatics と組織委員会によって決定される。

## 5.6 その他のすべての国際競技会

プログラムは〔4.1～4.3〕のあらゆる組み合わせで行うことができるが、必ずフリールーティンが含まれる。オープンフリーコンビネーションはユースおよび12歳以下を対象とする。アクロバティックルーティンはシニアおよびジュニアを対象とする。

## 6. エントリー

6.1 World Aquatics 競技会において、各国1女子ソロテクニカル、1女子ソロフリー、1男子ソロテクニカル、1男子ソロフリー、1女子デュエットテクニカル、1女子デュエットフリー、1ミックスデュエットテクニカル、1ミックスデュエットフリー、1オープンチームテクニカル、1オープンチームフリー、1オープンアクロバティックルーティンにエントリーすることができる。

6.1.1 世界選手権大会において、各国1女子ソロテクニカル、1女子ソロフリー、1男子ソロテクニカル、1男子ソロフリー、1女子デュエットテクニカル、1女子デュエットフリー、1ミックスデュエットテクニカル、1ミックスデュエットフリー、1オープンチームテクニカル、1オープンチームフリー、1オープンアクロバティックルーティンにエントリーすることができる。

6.1.2 世界ジュニア選手権大会においては、各国は1女子ソロテクニカル、1女子ソロフリー、1男子ソロテクニカル、1男子ソロフリー、1女子デュエットテクニカル、1女子デュエットフリー、1ミックスデュエットテクニカル、1ミックスデュエットフリー、1オープンチームテクニカル、1オープンチームフリー、1オープンアクロバティックルーティンにエントリーすることができる。

6.1.3 世界ユース選手権大会、および World Aquatics 競技会において、各国1女子ソロ、1男子ソロ、1女子デュエット、1ミックスデュエット、1オープンチーム、1オープンフリーコンビネーションにエントリーすることができる。

6.1.4 ワールドカップにおいては、複数の女子ソロ、複数の男子ソロ、複数の女子デュエット、複数のミックスデュエット、複数のオープンチーム、複数のオープンアクロバティックルーティンを、本規則に従ってエントリーすることができる。

6.1.5 医学的理由がない限り、GMS スポーツエントリーの締め切り後は、エントリーの変更は受け付けられない。診断書は World Aquatics 事務局に送付する必要がある、その承認のために World Aquatics スポーツ医事委員会による審査を受ける。医学的理由以外の変更には、500米ドルの罰金が適用される。

6.2 オープンチーム、オープンフリーコンビネーション、オープンアクロバティックルーティン

6.2.1 オリンピック競技大会において、チームルーティンは8人で構成する。各国がエントリーする競技者の総数は、(特に指定がない限り)競技者1人をリザーブとして9人を超えてはならない。競技者の総数には、最大2人の男子を含めることができる。

6.2.2 世界選手権大会および世界ジュニア選手権大会において、チームルーティンは4～8人以下の競技者とリザーブ最大2人で構成する。競技者の総数には、最大2人の男子を含めることができる。

6.2.3 世界ユース選手権大会においては、チームルーティンは少なくとも4～8人以下、オープンフリーコンビネーションは4～10人以下の競技者とリザーブ最大2人で構成する。競技者の総数には、最大2人の男子を含めることができる。

6.3 出場する各競技のスポーツエントリーと、それに対応する音楽情報シートは、遅くとも競技会開始の14日前までに、関連するシステムおよび/またはプラットフォームに提出しなければならない。それ

以降の変更は、医学的根拠がある場合のみ認められる。エントリーされた各競技のディフィカルティを申告するコーチカードは、競技会要項／通知に記載された期限および方法によって、電子データで提出しなければならない。

競技時間中、コーチカードの変更は、各セッションの前日18時(現地時間)まで、または World Aquatics がスケジュールに従って決定する時間までに行う。締め切り後の変更は認められない。

- 6.3.1 エントリーには、女子ソロ出場者トリザーブの氏名、男子ソロ出場者トリザーブの氏名、女子デュエット出場者トリザーブ最大1人の氏名、ミックスデュエット出場者トリザーブ最大2人の氏名、オープンチーム出場者トリザーブ最大2人の氏名、オープンフリーコンビネーション出場者トリザーブ最大2人の氏名、アクロバティックルーティン出場者トリザーブ最大2人の氏名を明記する。

世界選手権大会:女子ソロテクニカル出場者トリザーブの氏名、女子ソロフリー出場者トリザーブの氏名、男子ソロテクニカル出場者トリザーブの氏名、男子ソロフリー出場者トリザーブの氏名、女子デュエットテクニカル出場者トリザーブ最大1人の氏名、女子デュエットフリー出場者トリザーブ最大1人の氏名、ミックスデュエットテクニカル出場者トリザーブ最大2人の氏名、ミックスデュエットフリー出場者トリザーブ最大2人の氏名、オープンチームテクニカル出場者トリザーブ最大2人の氏名、オープンチームフリー出場者トリザーブ最大2人の氏名、オープンチームアクロバティック出場者トリザーブ最大2人の氏名を明記する。

ワールドカップ: [6.1.4] および [6.3.1] を参照。

## 7. 予選および決勝

- 7.1 テクニカルルーティン、フリールーティン、オープンフリーコンビネーションまたはオープンアクロバティックルーティンのいずれかにおいて、12を超えるエントリーがある場合は予選を行うことができる。上位12位のみ公式決勝に出場できる。
- 7.2 テクニカルルーティン、フリールーティン、オープンフリーコンビネーションまたはオープンアクロバティックルーティンにおいて、エントリー数が13に満たない場合でも予選を行うことができる。
- 7.3 この情報(予選および決勝について)は、競技会要項に記載しなければならない([24.3.7]参照)。

## 8. フィギュアセッション

- 8.1 フィギュアセッションは1回のみ行う。
- 8.2 世界ユース選手権大会、World Aquatics 競技会および大陸別選手権以外の競技会において、競技者は、参加国の合意により、競技会にエントリーする競技者の能力に応じて、エイジグループフィギュア([29.1 附則1]参照)から選択することができる。
- 8.3 フィギュアセッションにおいて:  
12歳以下のカテゴリでは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームの各競技者は、[29.1 附則1]に記載されているリストから4つのフィギュアを行う。12歳以下のオープンフリーコンビネーションの各競技者は、上記の手順で選ばれた4つのフィギュアを行うことができる。  
ユースカテゴリでは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームの出場者は、[29.1 附則1]に記載されたリストから選ばれたフィギュアセッション(A、B、またはC)から2つのフィギュアを行う。  
ユースフリーコンビネーションの各競技者は、上記の手順で選択された2つのフィギュアを行うことができる。
- 8.3.1 [29.1 附則1]の World Aquatics フィギュア2022~2025のフィギュアセッションとグループは、レフリー／TASCが抽選する。

- 8.3.2 抽選は、フィギュアセッション開始前18～72時間に行う。
- 8.3.3 抽選は公開で行う。場所と時間は、少なくとも24時間前に発表する。抽選はソーシャルメディアプラットフォームで行うことができる。

8.4 12歳以下のカテゴリの出場順および実施フィギュアは、抽選により決定する。オプショングループを最初に抽選する。その後、出場順を抽選する。ユースカテゴリでは、フィギュアセッション（A、B、C）を先に抽選し、次に出場順を抽選する。出場順の抽選リストを2等分してグループ1と2に分ける（数が等分でない場合、グループ1に1人追加）。その後、選択されたセッションの2つのフィギュアグループのいずれかが抽選で競技者グループ（1と2）に割り当てられる。例えば、セッションBが抽選された場合、競技者グループ1はフィギュアグループ4を抽選、競技者グループ2はフィギュアグループ3を抽選する。

8.4.1 各グループにはそれぞれのランキングがある。2つのランキングは統合しない。

8.5 フィギュアセッションのスィムウェアは、World Aquatics ルール（Part 1〔7〕）に従い、黒い水着に白いキャップを着用する。ゴーグルとノーズクリップの使用は任意とする。小さなスタッドのアクセサリのみ許可される。競技者は、イベントの開始前に、ぶら下がるアクセサリはすべて外さなければならない。

## 9. フィギュアパネル

9.1 有資格ジャッジが十分に揃う場合は、ジャッジ4～6人による1パネル、2パネル、または4パネルで審判にあたる。

- 9.1.1 1パネルの場合、すべての競技者は4つまたは2つのフィギュア（年齢カテゴリによる）を、フィギュアのリスト順に1つずつ行う。
- 9.1.2 2パネルの場合、各パネルは1つ、または2つのフィギュアを審判する。
- 9.1.3 4パネルの場合、各パネルは1つのフィギュアを審判する。

9.2 フィギュアセッションの間、ジャッジは競技者の側面が見える高い所に位置する。

- 9.2.1 すべてのフィギュアおよび審判は、レフリーまたはアシスタントレフリーの合図で開始する。
- 9.2.2 レフリーまたはアシスタントレフリーの合図で、すべてのジャッジは同時にスコアを表示する。
- 9.2.3 ジャッジのスコアは、レフリーまたは任命された競技役員の承認を経て、スコアボードに表示されるか、またはコンピュータに送られる。

## 10. フィギュアの審判

10.1 採点は0～10点とし、1/10ポイントを使用。

完璧	10	普通	5.9～5.0
完璧に近い	9.9～9.5	不十分	4.9～4.0
秀でている	9.4～9.0	弱い	3.9～3.0
大変よい	8.9～8.0	大変弱い	2.9～2.0
よい	7.9～7.0	認めがたい	1.9～0.1
十分	6.9～6.0	完全な失敗	0

10.2 すべての審判はデザインとコントロールを考慮した完璧の観点から行われる。フィギュア内のトランジションはディフィカルティをもとにした数値的価値（NVT）を有する。

10.3 1人のジャッジが病気のため、あるいは不測の事態のために、いずれかのフィギュアを採点できなかった場合、他のジャッジの点数を平均し、そのジャッジの採点とみなす。この場合、0.1ポイント単位で算出する。

## 11. フィギュアセッションにおけるペナルティ

11.1 競技者が通告されたフィギュアを行わなかったとき、またはそのフィギュアに必要な全ての要素を満

たさなかったとき、または解説に従って実施しなかったとき、レフリーまたはアシスタントレフリーはそのフィギュアの結果がゼロ点になることを競技者とジャッジに通知する。

11.2 フィギュア競技において、フィギュアの採点にゼロ点が出た場合、レフリーは2人の World Aquatics エバリュエーターまたは World Aquatics ジャッジ（3つの異なる国から構成されることを確認）と共に公式ビデオをレビューすることができる。スローモーションで1回レビューすることができる。3回のレビューの後でも明確な判断が下されない場合は、競技者に有利な裁定が下される。すべてのジャッジは、レビュー前に採点を行い、レビュー過程でゼロ点が覆った場合に競技者に点数が与えられるようにする。

11.3 12歳以下の年齢カテゴリーのフィギュア競技において、競技者が正しいフィギュアを行わなかった場合、競技者はこのフィギュアを再度実施することが許され、1点の減点が適用される。競技者が再び失敗した場合は、ゼロ点が適用される。

## 12. フィギュア結果の算出

12.1 採点の最高点と最低点（各1つ）を除く。4人のジャッジの場合、4つのスコアの平均を5つ目のスコアとする。最高点と最低点を除く。残りの3つのスコアを平均し合計とする。5人のジャッジの場合、最高点と最低点を除き、残りの3つのスコアを平均する。6人のジャッジの場合、最高点と最低点を除き、残りの4つのスコアを平均する。その結果に DD（難易度）をかけ、4つ、または2つのフィギュアのそれぞれのスコアを算出する。

12.2 4つ、または2つのフィギュアの合計を、実施したフィギュアの合計 DD（難易度）で割り、10をかけ（100点換算）、ペナルティ減点を差し引いて算出する。

### 12.3 フィギュアの結果

12.3.1 ソロの場合、フィギュア結果は〔12.2〕の通り。

12.3.2 デュエットの場合、各競技者のフィギュア結果を〔12.2〕に従って算出する。これらを合計し、2で割り、平均値を求める（小数点以下第5位を四捨五入する）。

12.3.3 チームの場合、チームルーティンを泳いだ各競技者のフィギュア結果を〔12.2〕に従って算出し、これらを合計し、チーム出場人数で割り、平均値を求める（小数点以下第5位を四捨五入する）。

12.3.4 デュエット予選またはチーム予選後に、競技者が（病気または怪我により）フィギュア競技に出場することができない場合、デュエットについては、リザーブのフィギュアスコアをデュエットの合計スコアに用いる。チームについて、リザーブ2人のうちフィギュアスコア点の高い方をそのチームの合計スコアに用いる。

## 13. ルーティンセッション

13.1 ミックスデュエットは女子1人と男子1人の競技者で構成される。

13.2 オープンチームは、4～8人以下の競技者（例外については〔6.2〕を参照）で構成される。チーム人数は、予選と決勝で、またはテクニカルルーティンとフリールーティンで、変更することはできない。競技者の総数に最大2人までの男子競技者を含むことができる。

13.3 オープンフリーコンビネーションは4～10人以下の競技者で構成される。競技者の総数に最大2人までの男子競技者を含むことができる。

13.4 オープンアクロバティックルーティンは4～8人以下の競技者で構成される。競技者の総数に最大2人までの男子競技者を含むことができる。

13.5 オープンフリーコンビネーションとオープンアクロバティックルーティンにおいて、競技者の人数は、予選と決勝で、変更することはできない。

- 13.6 女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチーム、オープンフリーコンビネーション、およびオープンアクロバティックルーティンにおいて、[6.3.1]に従い、エントリーした競技者の間で、ルーティンセッション前に交代することができる。
- 13.6.1 もっとも新しいエントリーリストから競技者の氏名を変更する場合、公式に発表されたルーティン出場順1番の開始時刻の少なくとも2時間前までに、レフリーに書面で提出しなければならない。この時刻は公式競技会スケジュールで公表しなければならない。これ以降の変更は、競技者の急病または事故の場合で、リザーブ要員が競技会スケジュールに遅れることなく出場できる場合のみ許可される。このような状況における最終決定はレフリーが行う。
- 13.6.2 リザーブ要員不足のため、[4.4]、[4.5]、[6.2]、[13.2]、[13.3]または[13.4]に定められているオープンチーム、オープンフリーコンビネーション、またはオープンアクロバティックルーティンの必要人数に満たない場合、そのチームは失格とする。
- 13.6.3 [13.6.1]に従って、交代や棄権をレフリーに届け出なかった場合、そのルーティンは失格とする。
- 13.7 テクニカルルーティン、フリールーティン予選、オープンフリーコンビネーション予選、またはオープンアクロバティックルーティン予選の抽選方法 (WCH および OG)。  
すべてのルーティンイベントは、ワールドランキングに従ってエントリーされる。抽選は、現行のワールドランキング ([29.9 附則9]参照) を有する競技者とワールドランキングを有しない競技者の2つのパートに分けられる。

#### 予選におけるワールドランキングを有しない競技者の抽選方法

ワールドランキングを有しない競技者は、無作為に抽選され、スタート順が決められる。これらのグループは、抽選された順番で最初に競技を行う。

#### 予選におけるワールドランキングを有する競技者の抽選方法

ワールドランキングを有する競技者は、ランキングを有しない競技者に続いて抽選に参加し、ランキングの最も高い競技者が最後に、その次に高い競技者が続くという逆の順序で競技を行う。ワールドランキングで同順位の場合は、同順位の競技者同士で別途抽選を行い、本抽選の出場順を決定する。

例:世界選手権大会のデュエットテクニカルで30エントリーあった場合:18のランキングを有するデュエットと12のランキングを有しないデュエット。抽選手順:ランキングを有しないデュエットがランダム抽選に基づきスタート順1-12の抽選を行う、ランキングを有するデュエットはワールドランキング順に基づき、13-30の逆のスタート順とする。

- 13.7.1 World Aquatics 公認の電子抽選システムが利用できない場合、抽選は手動で行う。抽選は競技会開始の少なくとも18時間前までに公開で行う。抽選の場所と日時は、その抽選の少なくとも24時間前までに発表する。
- 13.7.2 抽選は、チーム予選、フリーコンビネーション予選、アクロバティックルーティン予選、デュエット予選、ソロ予選の順に行う。テクニカルルーティンとフリールーティンの両方を行う競技会では、そのイベントのテクニカルルーティンの抽選を先に行い、次にフリールーティンの抽選を行う(オープンチームテクニカル、オープンチームフリー予選、オープンフリーコンビネーション予選、オープンアクロバティックルーティン予選、女子デュエットテクニカル、女子デュエットフリー予選、ミックスデュエットテクニカル、ミックスデュエットフリー予選、女子ソロテクニカル、女子ソロフリー予選、男子ソロテクニカル、男子ソロフリー予選)。
- 13.7.3 テクニカルルーティン、フリールーティン予選、オープンフリーコンビネーション予選、オープンアクロバティックルーティン予選、またはダイレクト決勝において、出場順1番を引いた国は、残りのすべての予選またはダイレクト決勝のセッションのスタート順1番が免除される(例:ソロ、デュエット、チーム)。このルールは、スタートリストがワールドランキングを使用して作成される場合には適用されない。

- 13.8 フィギュアとテクニカルルーティンの両方、またはいずれか一方とフリールーティン予選とのトータ

ルスコア、およびオープンフリーコンビネーション／アクロバティックルーティン予選のスコアの上位12位が、各決勝に進出する。予選参加数が35を超える場合は、トータルスコアの上位14位が決勝に進出する。

例外：世界選手権大会（シニア）においては、テクニカルルーティン、フリールーティン、オープンアクロバティックルーティンそれぞれのルーティンの上位12位が、各決勝に進出する。

- 13.8.1 決勝の出場順は、予選の上位12位が逆順となる。例：予選1位が12番目に泳ぎ、予選2位が11番目に泳ぐなど。予選で同点の場合は、同点の競技者同士で別途抽選を行い、出場順を決定する。

## 14. ルーティンの制限時間

- 14.1 テクニカルルーティン、フリールーティン、オープンアクロバティックルーティンの制限時間は、デッキムーブメント（陸上動作）10秒を含み、以下の通りとする。

- |        |                   |            |       |
|--------|-------------------|------------|-------|
| 14.1.1 | 女子ソロ              | テクニカルルーティン | 2分00秒 |
|        | 男子ソロ              | テクニカルルーティン | 2分00秒 |
|        | 女子ソロ              | フリールーティン   | 2分15秒 |
|        | 男子ソロ              | フリールーティン   | 2分15秒 |
| 14.1.2 | 女子デュエット           | テクニカルルーティン | 2分20秒 |
|        | 女子デュエット           | フリールーティン   | 2分45秒 |
| 14.1.3 | ミックスデュエット         | テクニカルルーティン | 2分20秒 |
|        | ミックスデュエット         | フリールーティン   | 2分45秒 |
| 14.1.4 | オープンチーム           | テクニカルルーティン | 2分50秒 |
|        | オープンチーム           | フリールーティン   | 3分30秒 |
|        | オープンアクロバティックルーティン |            | 3分00秒 |
| 14.1.5 | オープンフリーコンビネーション   |            | 3分00秒 |

- 14.1.6 すべてのルーティンの各制限時間に増減5秒を認める。

- 14.1.7 すべてのルーティンイベントにおいて、指定されたスタート地点から静止するまでのウォークオンにかかる時間が、ミックスデュエットテクニカル、ミックスデュエットフリー、オープンチームテクニカル、オープンチームフリー、オープンフリーコンビネーション、オープンアクロバティックルーティンでは30秒、すべての男子ソロと女子ソロおよび女子デュエットでは20秒を超えてはならない。

- 14.1.8 ルーティンイベントにおいて、ルーティンを水中でスタートする場合、競技者は水中で静止した開始姿勢をとるまでの制限時間については以下のとおり。ミックスデュエットテクニカル、ミックスデュエットフリー、オープンチームテクニカル、オープンチームフリー、オープンフリーコンビネーション、オープンアクロバティックルーティンでは30秒、すべてのソロおよびデュエットでは20秒を超えてはならない。

- 14.1.9 エイジグループの制限時間 - [25.5] 参照のこと。

- 14.2 計時はウォークオンで始まり、音楽の終了までとする。ウォークオンの計時は、最初の競技者がスタート地点を通過したときに始まり、最後の競技者がスタート位置に着いたときまでとする。デッキムーブメント（陸上動作）の計時は、伴奏で始まり、最後の競技者がデッキを離れたときまでとする。

- 14.3 音楽は、レフリーまたは任命された競技役員の場合で開始する。この合図の後、競技者は中断することなくルーティンを行わなければならない（[18] 参照）。ルーティンの開始は、デッキ（陸上）または水中のどちらでもよいが、終了は水中でなければならない。

- 14.4 計時員は、デッキムーブメント（陸上動作）とウォークオンの全体の時間を計時する。デッキムーブメント（陸上動作）、ウォークオンの制限時間を超過した場合、あるいはルーティンの制限時間の許容（[14.1] 参照）を逸脱した場合、計時員または音響責任者は、レフリーまたはレフリーによって指定、任命された競技役員に通知する。

14.5 すべての競技者は、組織委員会が競技会要項に明記した品質条件に従って、音楽を提出しなければならない。要求された基準を満たさない場合、主催者は、新しい音楽の提出を要求できる。チームリーダーは、泳ぐ時間ではなく、音楽の正確な演奏時間を登録用紙に記入する。公式計時は、音響責任者の電子ランニングタイムによって確認される。音響責任者は、アーティスティックスイミングタイミングルールに従わない音楽があった場合、レフリーに通知する。

14.6 音楽を使った公式トレーニングがない場合、主催者は競技者またはチームリーダーに、イベント開始前に競技会場で音楽を聴く機会を提供しなければならない。

## 15. 音楽

15.1 音響責任者は、各ルーティンの音楽を保管し、適切に再生できるよう責任を持つ。

15.2 World Aquatics 競技会では、デシベル（サウンドレベル）メーターをサウンドレベルのモニター用を使用し、平均90デシベル、または瞬間最高100デシベルを超えないように注意する。

15.3 チームリーダーは、競技会要項の指示に従って、練習セッション開始の少なくとも14日前までに、インターネットを介して音響責任者に音楽を電子的に提出しなければならない。それぞれの提出物には、イベント、競技者氏名、および国名を表記しなければならない。

組織委員会は、競技用プールに World Aquatics 承認の音響システムを提供し、さらに練習用プールに別の音響システムを用意しなければならない。

15.4 競技音楽の権利許諾について：競技大会に参加する連盟が使用するすべての音楽は、各大会の開始前に権利処理を完了していなければならない。World Aquatics は、著作権侵害によるいかなる訴訟に対しても責任を負わない。また、訴訟等の手続きから生じる全ての費用は、各連盟と各競技者が責任を負う。アーティスティックスイミングの大会に参加するすべての連盟は、各大会の前に音楽とそれに対応するライセンスを ClicknClear プラットフォームにアップロードしなければならない。音楽に必要なライセンスは、任意の方法で取得することができる。また、希望すれば、ClicknClear プラットフォームを通じて取得することもできる。この手続きは現在義務化されており、2026年以降は適切なライセンスを提示できない場合、アーティスティックスイミングの大会に参加できなくなる可能性がある。

## 16. ルーティンパネル

16.1 ジャッジ5人の2パネル（エレメント、アーティスティックインプレッション）を編成する。

テクニカルコントローラーは、3人2組ですべてのルーティンを担当する。

1組はフリーエレメント（ハイブリッドとアクロバティック）の数、実施の順序とあらかじめ申告されたディフィカルティおよびテクニカルリクワイヤドエレメント（テクニカルルーティン）の実施と順序をチェックする。もう1組はシンクロナイゼーションエラー（不一致動作）の数と種類を記録する。

テクニカルコントローラーは、VAR（Video Assisted Review）を使用することができる。疑いのある各エレメントやトランジションパートについてスローモーションで1回レビューできる。ベースマークやメジャーエラーの適用、あるいはレビューの却下には、3人のTCのうち2人の合意が必要である。

16.1.1 ディフィカルティパネルを監督するディフィカルティコーディネーター1人とディフィカルティテクニカルコントローラー（DTC）1人とディフィカルティアシスタントテクニカルコントローラー（DATC）2人を配置する。

この役割の目的は、すべてのテクニカルリクワイヤドエレメント（テクニカルルーティン）とフリーエレメント（ハイブリッドとアクロバティック）がルーティンの中でどのように実施されるかを、リアルタイムですべて識別することである。DTCの1人が辞退する（自らを不適格とみなす）ような利益相反が生じる場合にはレフリーに相談する。

また、コーチカードに申告された内容と水中で行われた内容が異なる、あるいはテクニカルリクワイヤドエレメント（テクニカルルーティン）に誤りがあるなどの「テクニカルエラー」を特定する責任も負う。ディフィカルティテクニカルコントローラーは、レフリーとのコミュニケー

ションを持つ。

- 16.1.2 シンクロナイズーションテクニカルコントローラー (STC) 3人が、ルーティン演技中に観察したシンクロナイズーションエラー (不一致動作) の数を記録する。彼らはプールがよく見えるようにデッキ上に座る。

16.2 ルーティンセッションの間、オフィシャルはプールの両側の高い所に配置される。

16.3 それぞれのルーティンが終了したとき、ジャッジはスコアを提出する。

16.4 1人または2人以上のジャッジが病気または不測の事態により、ルーティンを採点できなかった場合、他のジャッジの採点を平均し、そのジャッジの採点とみなす。この場合、0.25ポイント単位まで算出する。

- 16.4.1 セッション中に予測不能の事態が生じて1人または2人以上のジャッジがルーティンを採点できない場合、レフリーはそのセッションと演技を中断できる。問題が解決され、安全を確認した後、レフリーはセッションを再開し、競技者が再び泳ぐことを許可する。

16.5 レフリーは、スコアボードへの非公式スコアの表示を承認する。ジャッジのスコアは、スコアボードに掲示された後、変更することはできない。スコアは、各セッションの終了時にレフリーが署名した時点で初めて正式なものとなる。

16.6 すべてのルーティンにおいて、レフリーおよび World Aquatics デレゲート/コミッションは、プール底の使用を監察する競技役員を任命する。

## 17. ルーティンの審判

17.1 ルーティンの採点は0～10とし、0.25ポイントを使用。

完璧	10	普通	5.75～5.0
完璧に近い	9.75～9.5	不十分	4.75～4.0
秀でている	9.25～9.0	弱い	3.75～3.0
大変よい	8.75～8.0	大変弱い	2.75～2.0
よい	7.75～7.0	認めがたい	1.75～0.25
十分	6.75～6.0	完全な失敗	0

17.2 すべてのルーティンにおいて、各ジャッジは0～10点までのスコアを与える ([17.1] 参照)。

エレメントパネルのジャッジは、各エレメント (フリーおよびテクニカルリクワイヤドエレメント) について、個々に採点する。

アーティスティックインプレッションパネルのジャッジは、コレオグラフィとミュージカリティについて1つのスコア、パフォーマンスについて1つのスコア、トランジションについて1つのスコア、合計3つを採点する。

ディフィカルティテクニカルコントローラーは、提出されたコーチカードにあらかじめ申告されたディフィカルティを確認する。ディフィカルティ値は [29.6 附則6] および [29.7 附則7] に、コーチカードのフォーマットは [29.6.4 附則6] に記載されている。World Aquatics は、必要に応じて各カテゴリに割り当てられた構成要素を調整する権利を有する。

### 17.2.1 第1パネル-エレメント

エクスキュージョンでは、高度な専門スキルの実施における優秀さのレベルを考慮する。すべてのルーティンエレメントのエクスキュージョン (完遂度) : テクニカルリクワイヤドエレメントとエレメント (ハイブリッドとアクロバティック)

### 17.2.2 第2パネル-アーティスティックインプレッション

コレオグラフィとミュージカリティでは、芸術的要素と技術的要素を組み合わせたルーティンを構成する創造的なスキルを考慮する。すべての動き : エレメントとトランジションの多様性、

創造性、革新性をデザインし、織り込んでいること。プールカバレッジ。音楽の雰囲気表現すること、音楽の構造の使い方、および動作と音楽との同期。

パフォーマンスでは、競技者が見る人にルーティンを見せる態度（デッキウォークオンとデッキムーブメント（陸上動作）を含む）を考慮する。すなわち、身体的・感情的なパワー、自信、パフォーマンスのトータルコマンドを表現するためのボディランゲージの使用を評価する。

トランジションでは、ルーティンの要素をつなぐ、多様で目的にかなった動き、および推進とストロークのエクスキューションと複雑さを考慮する。

## 18. ルーティンにおける減点とペナルティおよびその他の事項

### 18.1 ソロテクニカルルーティン

- 18.1.1 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である20秒を超えたとき、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.1.2 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過したとき、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.1.3 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められたとき、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.1.4 全体の時間：〔14.1〕および〔25.5〕－エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.1.5 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.1.6 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.1.7 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.1.8 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.1.9 テクニカルリクワイヤドエレメントの全部、一部の省略、または不正確な動作：競技者がテクニカルリクワイヤドエレメントの全部または一部を省略した場合、あるいはテクニカルリクワイヤドエレメントにおいて誤った動作を行った場合、ディフィカルティテクニカルコントローラーは、申告された動作が正しくなかったことを記録する。DTCのビデオレビューで違反が確認された場合、この特定のテクニカルリクワイヤドエレメントのDD（難易度）は0点となる。
- 18.1.10 実施順番違い（スワムアウトオブオーダー）：ディフィカルティテクニカルコントローラー（DTC）は、テクニカルリクワイヤドエレメント #1～#5がコーチカードに申告された順序から外れて泳いだ場合（〔29.2 附則2〕の一般要件 #4の各違反）、それぞれ0点を提出するようレフリーに通知する。
- 18.1.11 追加ルーティン要件 #6：〔29.2 附則2〕のソロ追加ルーティン要件 #6に違反した場合、エレメントスコアから8点のペナルティを減点する。：  
1つの追加のハイブリッドを行う。  
フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック（技）ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。

### 18.2 デュエットテクニカルルーティン

- 18.2.1 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である20秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

- 18.2.2 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.2.3 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.2.4 全体の時間：〔14.1〕および〔25.5〕-エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.2.5 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリースは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリースは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.2.6 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.2.7 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。
- 18.2.8 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.2.9 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.2.10 テクニカルリクワイヤドエレメントの全部、一部の省略、または不正確な動作：競技者がテクニカルリクワイヤドエレメントの全部または一部を省略した場合、あるいはテクニカルリクワイヤドエレメントにおいて誤った動作を行った場合、ディフィカルティテクニカルコントローラーは、申告された動作が正しくなかったことを記録する。DTCのビデオレビューで違反が確認された場合、この特定のテクニカルリクワイヤドエレメントのDD（難易度）は0点となる。
- 18.2.11 実施順間違い（スワムアウトオブオーダー）：ディフィカルティテクニカルコントローラー（DTC）は、テクニカルリクワイヤドエレメント #1～#5がコーチカードに申告された順序から外れて泳いだ場合（〔29.2 附則2〕の一般要件 #4の各違反）、それぞれ0点を提出するようレフリースに通知する。
- 18.2.12 一般要件 #6：〔29.2 附則2〕の一般要件 #6に違反した場合、エレメントスコアからそれぞれ2点が減点される：デッキワーク、入水、円になるとき／円を崩すとき（チーム）およびアクロバティック動作を除き、すべてのデュエットまたはチームメンバーはテクニカルリクワイヤドエレメント、フリーハイブリッドおよびトランジションは同時に同じ方向を向いて行う。
- 18.2.13 追加ルーティン要件 #6および #7：〔29.2 附則2〕の女子デュエット追加ルーティン要件 #6および #7に違反した場合、エレメントスコアから8点を減点する。  
6-1つの追加のハイブリッドを行う。  
7-1つのペアアクロバティックを行う。
- 18.2.14 シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値  
すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー（STC）が観測したすべてのシンクロエラー（不一致動作）の合計（それぞれ割り当てられた値で計算される）が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー（不一致動作）の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点は、エレメントスコアをゼロ（0）にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

- 18.2.15 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック（技）ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマー

クを適用する。

- 18.2.16 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

### 18.3 ミックスデュエットテクニカルルーティン

- 18.3.1 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.3.2 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.3.3 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.3.4 全体の時間：〔14.1〕および〔25.5〕-エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.3.5 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.3.6 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.3.7 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。
- 18.3.8 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.3.9 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.3.10 テクニカルリクワイヤドエレメントの全部、一部の省略、または不正確な動作：競技者がテクニカルリクワイヤドエレメントの全部または一部を省略した場合、あるいはテクニカルリクワイヤドエレメントにおいて誤った動作を行った場合、ディフィカルティテクニカルコントローラーは、申告された動作が正しくなかったことを記録する。DTCのビデオレビューで違反が確認された場合、この特定のテクニカルリクワイヤドエレメントのDD（難易度）は0点となる。
- 18.3.11 実施順間違い（スワムアウトオブオーダー）：ディフィカルティテクニカルコントローラー（DTC）は、テクニカルリクワイヤドエレメント #1～#3がコーチカードに申告された順序から外れて泳いだ場合（〔29.2 附則2〕の一般要件 #4の各違反）、それぞれ0点を提出するようレフリーに通知する。
- 18.3.12 一般要件 #7：〔29.2 附則2〕の一般要件 #7に違反した場合、エレメントスコアからそれぞれ2点が減点される：テクニカルリクワイヤドエレメントは同時に同じ方向を向いて実施する。陸上動作、入水、フリーハイブリッド、トランジションおよびペアアクロバティックにはこの制限はなく、自由に（同時でなく、異なる方向を向いて）行うことができる。
- 18.3.13 追加ルーティン要件 #4、#5、#6および #7：〔29.2 附則2〕のミックスデュエット追加ルーティン要件 #4、#5、#6および #7に違反した場合、エレメントスコアからそれぞれ2点を減点する。：  
4-1つのフリーハイブリッド  
5-1つのみのスラストファミリーの申告および2つの異なるコネクションファミリーの申告を含む1つのリクワイヤドハイブリッド  
6-2つのペアアクロバティック。同一のアクロバティックを繰り返してはならない。  
7-3つの、1m以上の移動または180°以上の回転を伴う、維持された水面コネクション  
（“SuCon”）
- 18.3.14 ペアアクロバティックの繰り返し：ペアアクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。ミックスデュエットの場合、同一のペアアクロバティックコードを使用してはならない。

### 18.3.15 シンクロナイズーションエラーとペナルティ値

すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー (STC) が観測したすべてのシンクロエラー (不一致動作) の合計 (それぞれ割り当てられた値で計算される) が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー (不一致動作) の説明は、スコアリングシンクロナイズーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ (0) にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

18.3.16 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック (技) ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。

18.3.17 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

## 18.4 チームテクニカルルーティン

18.4.1 8人未満：8人未満であった場合、1人につき0.5点をトータルスコアから減点する。 ([13.2] 参照)。

18.4.2 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.4.3 デッキムーブメント (陸上動作)：デッキムーブメント (陸上動作) の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.4.4 再スタート：デッキムーブメント (陸上動作) 中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。

18.4.5 全体の時間：[14.1] および [25.5] -エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合 (未満または超過)、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.4.6 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。

18.4.7 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。

18.4.8 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。

18.4.9 ベースマーク：すべてのフリーエレメント (ハイブリッドおよびアクロバティック) には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD (難易度) の最小値であるベースマークが算出される。

18.4.10 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。

18.4.11 テクニカルリクワイヤドエレメントの全部、一部の省略、または不正確な動作：競技者がテクニカルリクワイヤドエレメントの全部または一部を省略した場合、あるいはテクニカルリクワイヤドエレメントにおいて誤った動作を行った場合、ディフィカルティテクニカルコントローラーは、申告された動作が正しくなかったことを記録する。DTCのビデオレビューで違反が確認された場合、この特定のテクニカルリクワイヤドエレメントのDD (難易度) は0点となる。

18.4.12 実施順間違い (スワムアウトオブオーダー)：ディフィカルティテクニカルコントローラー (DTC) は、テクニカルリクワイヤドエレメント #1～#5がコーチカードに申告された順序から外れて泳いだ場合 ([29.2 附則2] の一般要件 #4の各違反)、それぞれ0点を提出するようレフ

リーに通知する。

- 18.4.13 一般要件 #6 : [29.2 附則 2] の一般要件 #6 に違反した場合、エレメントスコアからそれぞれ 2 点が減点される：  
陸上動作、入水、円になるとき / 円を崩すとき (チーム) およびアクロバティック動作を除き、すべてのデュエットまたはチームメンバーはテクニカルリクワイヤドエレメント、フリーハイブリッドおよびトランジションは同時に同じ方向を向いて行う。
- 18.4.14 追加ルーティン要件 #6 および #7 : [29.2 附則 2] のチーム追加ルーティン要件 #6 および #7 に違反した場合、エレメントスコアからそれぞれ 8 点を減点する。：  
6-2 つの追加のハイブリッド (そのうち 1 つはカデンスアクションを含む)  
7-1 つのアクロバティック動作をチームメンバー全員で行わなければならない。
- 18.4.15 ルーティン要件 #7 DD : チーム DD ルーティン要件 #7 違反し、アクロバティック動作が 3.00 (BM 値 0.5 を含む) を超えた場合、ベースマークが適用される。
- 18.4.16 最大 1 つの円パターン : チームテクニカルルーティンが最大 1 つの円パターンを超えた場合、エレメントスコアから 2 点を減点する。
- 18.4.17 シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値  
すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー (STC) が観測したすべてのシンクロエラー (不一致動作) の合計 (それぞれ割り当てられた値で計算される) が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1 点
オヴィアス	0.5 点
メジャー	3.0 点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー (不一致動作) の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ (0) にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

- 18.4.18 フリーハイブリッドの上限を超えた場合 : フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに 5 回、またはテクニック (技) ごとに 3 回を超えた場合、DTC はそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。
- 18.4.19 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

## 18.5 ソロフリールーティン

- 18.5.1 デッキウォークオン : デッキウォークオンの制限時間である 20 秒を超えた場合、ルーティンスコアから 8 点を減点する。
- 18.5.2 デッキムーブメント (陸上動作) : デッキムーブメント (陸上動作) の制限時間である 10 秒を超過した場合、ルーティンスコアから 8 点を減点する。
- 18.5.3 再スタート : デッキムーブメント (陸上動作) 中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから 2 点を減点する。
- 18.5.4 全体の時間 : [14.1] および [25.5] - エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合 (未満または超過)、ルーティンスコアから 8 点を減点する。
- 18.5.5 泳ぎの停止 / プールの壁の使用 : ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.5.6 推進のための意図的な底の使用 : 競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから 8 点のペナルティを減点する。
- 18.5.7 ベースマーク : すべてのフリーエレメント (ハイブリッドおよびアクロバティック) には、そのエレメントの構成要素が 1 つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用される DD (難易度) の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.5.8 決められたエレメントの数を超えた場合 : 各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り

当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。

18.5.9 すべてのファミリーのスキルを含まない：ルーティン中にすべてのファミリーの技を含まなかった場合（ソロのコネクションを除く）、エレメントスコアから8点を減点する。

18.5.10 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、1つのファミリーにつき5回、または1つのテクニック（技）につき3回を超えた場合、DTCはフリーハイブリッドにベースマークを適用する。

## 18.6 デュエットフリールーティン

18.6.1 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である20秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.6.2 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.6.3 New Start : A two (2) point penalty shall be 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。

18.6.4 全体の時間：[14.1]および[25.5] - エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。

18.6.5 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。

18.6.6 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。

18.6.7 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。

18.6.8 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。

18.6.9 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。

18.6.10 すべてのファミリーのスキルを含まない：ルーティン中にすべてのファミリーのスキルを含まなかった場合（ソロのコネクションを除く）、エレメントスコアから8点を減点する。ルーティンメンバー全員が、コーチカード上で同一の申告に含めた、（ファクター化（係数化）の対象としない）スキルを実行しなければならない。

18.6.11 ペアアクロバティックの繰り返し：ペアアクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。

デュエットの場合 - 同じペアアクロバティック・コードを使用してはならない。

18.6.12 シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値

すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー（STC）が観測したすべてのシンクロエラー（不一致動作）の合計（それぞれ割り当てられた値で計算される）が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー（不一致動作）の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ（0）にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

18.6.13 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、

またはテクニック（技）ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。

- 18.6.14 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

## 18.7 ミックスデュエットフリールーティン

- 18.7.1 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.7.2 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.7.3 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.7.4 全体の時間：〔14.1〕および〔25.5〕－エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.7.5 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.7.6 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.7.7 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。
- 18.7.8 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.7.9 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.7.10 すべてのファミリーのスキルを含まない：ルーティン中にすべてのファミリーの技を含まなかった場合（ソロのコネクションを除く）、エレメントスコアから8点を減点する。ルーティンメンバー全員が、コーチカード上で同一の申告に含めた、（ファクター化（係数化）の対象としない）スキルを実行しなければならない。
- 18.7.11 実行されなかった追加必須動作：〔29.3 附則3〕の追加リクワイヤド動作が行われなかった場合、それぞれ2点をアーティスティックインプレッションスコアから減点する。  
移動（1m以上）または回転（180度以上）を伴うサーフェスコネクション（SuCon）を3つ以上（ユース／12U）または4つ以上（シニア／ジュニア）申告する。
- 18.7.12 ペアアクロバティックの繰り返し：ペアアクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。  
ミックスデュエットでは同一のアクロバティックを繰り返してはならない。
- 18.7.13 シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値  
すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー（STC）が観測したすべてのシンクロエラー（不一致動作）の合計（それぞれ割り当てられた値で計算される）が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー（不一致動作）の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ（0）にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

- 18.7.14 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック（技）ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。
- 18.7.15 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

## 18.8 チームフリールーティン

- 18.8.1 8人未満：8人未満であった場合、1人につき0.5点をトータルスコアから減点する（〔13.2〕参照）。
- 18.8.2 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.8.3 デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.8.4 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.8.5 全体の時間：〔14.1〕および〔25.5〕－エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.8.6 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.8.7 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.8.8 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。
- 18.8.9 ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.8.10 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.8.11 すべてのファミリーのスキルを含まない：ルーティン中にすべてのファミリーの技を含まなかった場合（ソロのコネクションを除く）、エレメントスコアから8点を減点する。ルーティンメンバー全員が、コーチカード上で同一の申告に含めた、（ファクター化（係数化）の対象としない）スキルを実行しなければならない。
- 18.8.12 DD（難易度）安全制限の超過－ユースチーム：DD（難易度）安全制限を超える各アクロバティック動作には、ベースマークが適用される：グループA（2.7）、グループB（2.8）、グループC（2.8）、グループP（3.0）。すべてのDD制限にはベースマーク値0.5が含まれる。
- 18.8.13 DD（難易度）安全制限の超過－12Uチーム：DD（難易度）安全制限を超える各アクロバティック動作には、ベースマークが適用される：グループA（2.5）、グループB（2.6）、グループC（2.6）、およびグループP（2.8）。すべてのDD（難易度）制限には、ベースマーク値0.5が含まれる。
- 18.8.14 チームアクロバティックの繰り返し：アクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。チームでは同一のアクロバティックを繰り返してはならない：
- －グループA－3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない
  - －グループB－同じコンストラクションを繰り返さない＋同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない
  - －グループC－同じコンストラクションを繰り返さない
  - －グループP－同じコンストラクションを繰り返さない＋同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない

### 18.8.15 シンクロナイズーションエラーとペナルティ値

すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー (STC) が観測したすべてのシンクロエラー (不一致動作) の合計 (それぞれ割り当てられた値で計算される) が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー (不一致動作) の説明は、スコアリングシンクロナイズーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ (0) にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

- 18.8.16 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック (技) ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。
- 18.8.17 予約されたアクロコードが、そのコードを所有していない連盟により使用された場合、アクロバティックにベースマークが適用される。

## 18.9 アクロバティックルーティン

- 18.9.1 8人未満：8人未満であった場合、1人につき0.5点をトータルスコアから減点する ([13.4] 参照)。
- 18.9.2 デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.9.3 デッキムーブメント (陸上動作)：デッキムーブメント (陸上動作) の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.9.4 再スタート：デッキムーブメント中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。
- 18.9.5 全体の時間：[14.1] および [25.5] - エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合 (未満または超過)、ルーティンスコアから8点を減点する。
- 18.9.6 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。
- 18.9.7 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。
- 18.9.8 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。
- 18.9.9 ベースマーク：すべてのフリーエレメント (ハイブリッドおよびアクロバティック) には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD (難易度) の最小値であるベースマークが算出される。
- 18.9.10 決められたエレメントの数を超えた場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超えた場合、エレメントスコアから2点を減点する。
- 18.9.11 一般要件 #4, 5：一般要件 [29.4 附則4] の #4 または #5 に違反するごとに、ベースマークが適用される。  
一般要件 #6：一般要件 [29.6 附則6] の #6 に違反するごとに、ルーティンスコアから8点を減点する。  
4 - どのグループ (A, B, C, P) からも最大2つのアクロバティックを行うことができる。  
5 - アクロバティックは繰り返してはならない ([18.9.13] 参照)。  
6 - ルーティンはテーマを必ず表現しなければならない、コーチカードに申告しなければならない。
- 18.9.12 アクロバティックリクワイヤドエレメント #1：ベースマークは、[29.4 附則4] に規定されているように、アクロバティックリクワイヤドエレメント #1 の違反ごとに適用される：

7つのアクロバティック動作：各アクロバティックグループ（A, B, C, P）から1つずつと、一般要件に従って自由に選択した3つ。

**18.9.13** チームアクロバティックの繰り返し：アクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。

チームでは同一のアクロバティックを繰り返してはならない：

－グループA－3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない

－グループB－同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない

－グループC－同じコンストラクションを繰り返さない

－グループP－同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない

**18.9.14** シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値

すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー（STC）が観測したすべてのシンクロエラー（不一致動作）の合計（それぞれ割り当てられた値で計算される）が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー（不一致動作）の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ（0）にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

**18.10** フリーコンビネーション

**18.10.1** デッキウォークオン：デッキウォークオンの制限時間である30秒を超えた場合、ルーティンスコアから8点が減点する。

**18.10.2** デッキムーブメント（陸上動作）：デッキムーブメント（陸上動作）の制限時間である10秒を超過した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。

**18.10.3** 再スタート：デッキムーブメント（陸上動作）中に競技者によりルーティンが中断され、再スタートが認められた場合、ルーティンスコアから2点を減点する。

**18.10.4** 全体の時間：〔25.5〕－エイジグループルーティン制限時間規則に従い、ルーティンの制限時間から逸脱した場合（未満または超過）、ルーティンスコアから8点を減点する。

**18.10.5** 泳ぎの停止／プールの壁の使用：ルーティンが終了する前に、競技者が泳ぎを止めたり、プールの壁を明らかに何かを支えるために使ったりした場合、そのルーティンは失格とする。レフリーは、その中止が競技者のコントロールできない状況によるものかどうかを判断する。レフリーは、セッション中にルーティンを再度泳ぐことを許可できる。

**18.10.6** 推進のための意図的な底の使用：競技者がルーティン中に自らを進ませるため故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点のペナルティを減点する。

**18.10.7** 補助のための意図的な底の使用：競技者が他の競技者を補助するために故意にプールの底を使用した場合、ルーティンスコアから8点を減点する。プールの底への接触が、競技者自身を衝撃による負傷から守るためであった場合は、ペナルティは適用しない。

**18.10.8** ベースマーク：すべてのフリーエレメント（ハイブリッドおよびアクロバティック）には、そのエレメントの構成要素が1つ以上実行されなかった場合、またはコーチカードに申告された内容に合致しなかった場合に適用されるDD（難易度）の最小値であるベースマークが算出される。

**18.10.9** 決められたエレメントの数を超過した場合：各エレメントが、特定の競技およびカテゴリに割り当てられた所定の数を超過した場合、エレメントスコアから2点を減点する。

**18.10.10** 一般要件2－5：〔29.5 附則5〕の各一般的要件に違反した場合、ルーティンスコアから8点が減点される

- 18.10.11 リクワイヤドエレメント #1：〔29.5 附則 5〕のフリーコンビネーションリクワイヤドエレメント #1の違反1つにつき、エレメントスコアから2点を減点する：  
少なくとも2つのパートは3人未満、少なくとも2つのパートは全員で構成する。
- 18.10.12 リクワイヤドエレメント #2－ユースフリーコンビネーション：〔29.5 附則 5〕のユースフリーコンビネーションリクワイヤドエレメント #2の違反1つにつき、ベースマークが適用される：  
a) 4チームアクロバティック（安全制限 DD 付）（自由選択だが同一のアクロは繰り返さない－下記参照）  
b) 1x DD ソロハイブリッド  
c) 1x DD デュエットハイブリッド  
d) 2x DD チームハイブリッド（最小4人で実施）  
e) 1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド（“ChoHY”）DD 無し（つまり係数は1.0）最小4人で実施  
複数のエレメントパートは同時には発生しない（つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生する（ことはない））
- 18.10.13 リクワイヤドエレメント #3－12U フリーコンビネーション：〔29.5 附則 5〕の12U フリーコンビネーションリクワイヤドエレメント #3の違反1つにつき、ベースマークが適用される：  
a) 3チームアクロバティック（安全制限 DD 付）（自由選択だが同一のアクロバティックは繰り返さない－下記参照）  
b) 1x DD ソロハイブリッド  
c) 1x DD デュエットハイブリッド  
d) 2x DD チームハイブリッド（最低4人で実施）  
e) 1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド（“ChoHY”）DD 無し（つまり係数は1.0）最小4人で実施  
f) 複数のエレメントパートは同時には発生しない（つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生する（ことはない））
- 18.10.14 リクワイヤドエレメント #4－5：〔29.5 附則 5〕の12U フリーコンビネーションリクワイヤドエレメント #4－5の違反1つにつき、ベースマークが適用される：  
4－12U およびユースチームのチームおよびコンボ競技におけるアクロバティック安全制限は以下の通りである。アクロバティックエレメントの DD はトータル DD（最大）を超えることはできない：  
ユース：グループ A（2.7）、グループ B（2.8）、グループ C（2.8）、グループ P（3.0）。すべての DD（難易度）の上限は、ベースマーク値0.5を含む。  
12U：グループ A（2.5）、グループ B（2.6）、グループ C（2.6）、グループ P（2.8）。すべての DD（難易度）の上限はベースマーク値0.5を含む。  
5－アクロバティックは繰り返してはならない〔(18.10.15)を参照〕。
- 18.10.15 チームアクロバティックの繰り返し：アクロバティックの繰り返しにはベースマークが適用される。  
チームでは同一のアクロバティックを繰り返してはならない：  
－グループ A－3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない。  
－グループ B－同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない。  
－グループ C－同じコンストラクションを繰り返さない。  
－グループ P－同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション（グリップ）を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない。
- 18.10.16 シンクロナイゼーションエラーとペナルティ値  
すべてのルーティンにおいて、シンクロテクニカルコントローラー（STC）が観測したすべてのシンクロエラー（不一致動作）の合計（それぞれ割り当てられた値で計算される）が、エレメントスコアから差し引かれる。シンクロエラーの種類とペナルティ値は以下の通り：

スモール	0.1点
オヴィアス	0.5点
メジャー	3.0点

スモールシンクロエラー、オヴィアスシンクロエラー、メジャーシンクロエラー（不一致動作）の説明は、スコアリングシンクロナイゼーションガイドに詳述されている。最大の減点においては、エレメントスコアをゼロ（0）にすることはできるが、マイナスにすることはできない。

- 18.10.17 フリーハイブリッドの上限を超えた場合：フリーハイブリッドにおいて、ファミリーごとに5回、またはテクニック（技）ごとに3回を超えた場合、DTCはそのフリーハイブリッドにベースマークを適用する。
- 18.10.18 全ファミリーのテクニック（技）を含まない場合：すべてのファミリーのスキルをルーティンに含めなかった場合（ソロのコネクションを除く）、エレメントスコアから8点を減点する。ルーティンメンバー全員が、デュエットまたはチームフリーハイブリッドにおいて、コーチカード上で同一の申告に含めた、（ファクター化（係数化）の対象としない）スキルを実行しなければならない。
- 18.10.19 ある連盟が他国に留保されているコードを使用した場合、そのコードに対してベースマークが与えられる。
- 18.10.20 10人未満であった場合、1人につき0.5点をトータルスコアから減点する（〔13.3〕参照）。

## 19. ルーティン結果の算出

### 19.1 すべてのルーティンの計算手順

$EL1DD*Ex + EL2DD*Ex + \dots + ELnDD*Ex - Sy$  エラーペナルティー - その他のペナルティー  
= エレメントスコア

CH/MU スコア + EP スコア + Tr - その他のペナルティ  
= アーティスティックインプレッションスコア

エレメントスコア + アーティスティックインプレッションスコア - その他のペナルティ  
= ルーティンスコア

各エレメントのスコアは次のように算出する：各パネルの最高点と最低点（各1）を除く。残りの3つの点数を加算し、3で割り、それに対応するDD（難易度）をかける。

アーティスティックインプレッションの3つの各パネルの最高点と最低点（各1）を除く。残りの3つの点数を加算する。

- ・ EL = エレメント（必須または自由）。
- ・ DD = 各エレメントの構成要素の値とフリーエレメントのボーナス+ベースマーク（ハイブリッドデフィカルティ表すべて）；テクニカルリクワイヤドエレメント1 - 5に割り当てられたDD（難易度）
- ・ Ex = エクスキュージョンスコア
- ・ n = イベントにおけるエレメントの総数（〔29.3 附則3〕を参照）
- ・ CH/MU = コレオグラフィとミュージカルティ
- ・ EP = パフォーマンス
- ・ Tr = トランジション

World Aquatics は、すべての最終難易度（DD）値を管理する。ファクタリング（係数）を適用することができる。

World Aquatics は必要に応じて調整する権利を有する。

種目別係数（ファクター）2026年1月  
2026 Routine Factors In force as from 1 January 2026

JUNIOR AND SENIOR	Elements			Artistic Impression		
	Acro	Hybrid	TRE	ChMu	Perf	Trans
Tech Solo	-	0.2	1.0	1.4	1.2	1.4
Tech W. Duet	1.0	0.2	1.1	1.6	1.4	1.6
Tech Mixed Duet	0.8	0.2	1.0	1.3	1.1	1.3
Tech Team	0.8	0.2	1.0	1.5	1.3	1.5
Free Solo	-	0.3	-	1.4	1.4	2.3
Free Women Duet	0.8	0.3	-	1.4	1.4	2.3
Free Mixed Duet	0.8	0.2	-	1.6	1.6	2.6
Free Team	0.4	0.2	-	1.3	1.3	2.2
Acrobatic	0.6	-	-	1.2	1.0	1.2

YOUTH	Elements		Artistic Impression			Figures
	Acro	Hybrid	ChMu	Perf	Trans	Figures
Free Solo	-	0.3	1.3	1.3	2.1	1.8
Free Women Duet	1.3	0.2	1.0	1.0	1.6	1.5
Free Mixed Duet	0.9	0.2	1.3	1.3	2.1	1.6
Free Team	0.5	0.2	1.3	1.3	2.2	2.0
Combo	0.4	0.2	1.6	1.6	2.6	-

12 and under	Elements		Artistic Impression			Figures
	Acro	Hybrid	ChMu	Perf	Trans	Figures
Free Solo	-	0.5	1.4	1.2	1.4	1.4
Free Women Duet	1.6	0.5	1.2	1.0	1.2	1.4
Free Mixed Duet	1.4	0.5	1.6	1.4	1.6	1.6
Free Team	0.7	0.7	1.2	1.0	1.2	1.5
Combo	0.7	0.6	1.8	1.6	1.8	-

19.2 ルーティンスコアは、エレメントスコアとアーティスティックインプレッションスコアを合計し、〔18〕に従って、ペナルティ減点を差し引く。

## 20. 最終結果

20.1 フィギュアの最終結果は、実際にフリールーティンを泳いだ競技者のフィギュア結果を用いる。〔12.3.4〕に該当する場合は例外とする。

20.2 最終結果は実施した各セッションの最終得点を合計する。予選と決勝がある場合、決勝の最終結果には決勝のルーティンスコアを用いる。

20.2.1 1セッション（オープンアクロバティックルーティン、オープンフリーコンビネーション、フリールーティン、テクニカルルーティン、またはフィギュア）のイベントでは、そのセッションのスコアが結果となる。

20.2.2 2セッション（フィギュアとフリールーティン、またはテクニカルルーティンとフリールーティン）のイベントでは、結果は各セッションの合計となる。

20.2.3 3セッション(テクニカルルーティン、フリールーティンまたはオープンアクロバティックルーティン)のイベントでは、結果は各セッションの合計となる。

20.3 女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチーム、オープンフリーコンビネーション、オープンアクロバティックルーティンで同点(小数点第4位まで計算)の場合、以下が適用される。

決勝進出、予選通過、昇格または降格に関し、決定しなければならない場合は、以下の手順を用いる。

全てのルーティン：

- ・エレメントスコア点の高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、アーティスティックインプレッションパネルのコレオグラフィとミュージカリティスコアが高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、エレメントパネルで申告された検証済み DD(難易度)合計の最高値の高い方に決定する。

結果が組み合わされたイベント(テクニカル、フリーおよびオープンアクロバティックルーティン)  
例：競技大会オリンピックでは、次の手順が用いられる。

- ・最終結果のフリールーティンスコアの高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、フリールーティンのエレメントスコアによって順位を決定する。
- ・それでも同点の場合は、フリールーティンのアーティスティックインプレッションパネルのコレオグラフィとミュージカリティスコアが高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、テクニカルルーティン結果のエレメントスコアの最得点で決定する。

20.4 DNSは、ソロ/デュエット/ミックスデュエット/チーム/オープンチーム/オープンアクロバティック/オープンフリーコンビネーションのいずれかが、競技会に参加するために登録されていたにもかかわらず、指定された開始時刻にラストコールルームに現れなかった場合を指す。アーティスティックスイミングでは、「スクラッチ」と呼ばれることがあるが、これは一般的にDNSの別称であり、アーティスティックスイミングにおけるDNSとスクラッチは同じ意味で使われることがある。DNSの結果は、アーティスティックスイミング競技の最終結果リストの一番下に表示される。

20.5 DSQレフリーは、ソロ/デュエット/ミックスデュエット/チーム/オープンチーム/オープンアクロバティック/オープンフリーコンビネーションのいずれかの競技者が、自ら規則に違反した場合、失格とする。またレフリーは、権限を委ねられた他の競技役員から報告された違反行為についても失格とすることができる。すべての失格はレフリーの決定に従う。失格の結果は、アーティスティックスイミング競技の最終結果リストの一番下に、公式スコアを持つ他の競技者の後に表示される。

## 21. 競技役員とその任務

21.1 競技役員はWorld Aquaticsによって推薦される。ジャッジのエバリュエーション、総合的なワールドランキング、バイアス得点、過去2シーズンのWorld Aquaticsイベントへの参加状況が考慮される。ジャッジの選出にあたっては、大陸代表も考慮されるが、最も優れたジャッジが決勝イベントに配置される。これらの選出は、緊急事態([22.3]および[22.4]を参照)を除き、最終的なものとする。すべての競技役員は、練習セッションを見学するために、役員を務める大会の開始1日前までに現地に到着していなければならない。

### 21.2 主な競技役員

21.2.1 レフリー1人

21.2.2 アシスタントレフリーはフィギュアの各パネルに1人おく。

21.2.3 World Aquatics 競技会およびオリンピック競技大会では、ディフィカルティテクニカルコントローラー(DTC)1人およびTCアシスタント(DATC)2人をおく。

- 21.2.4 World Aquatics 競技会およびオリンピック競技大会では、シンクロナイゼーションテクニカルコントローラー (STC) 3 人をおく。
- 21.2.5 フィギュアのジャッジは、1 パネル 5 人とする。ルーティンでは、ジャッジ 5 人の 2 パネルを使用する。World Aquatics 競技会およびオリンピック競技大会で、ジャッジは World Aquatics ジャッジリストから、テクニカルコントローラーは World Aquatics テクニカルコントローラーエキスパートから選出される。
- 21.2.6 フィギュアでは 1 パネルにつきパネルレフリー 1 人、招集員 1 人、記録員 2～3 人をおく。
- 21.2.7 ルーティンでは、計時員 2 人をおく
- 21.2.8 World Aquatics 公認の音響責任者
- 21.2.9 World Aquatics 公認のアナウンサー
- 21.2.10 World Aquatics 公認の水中カメラオペレーター
- 21.2.11 テクニカルコントローラー用 World Aquatics 公認ビデオリプレイシステム
- 21.2.12 World Aquatics エバリュエーターは、訓練を受けた World Aquatics エバリュエーターグループから 1～2 人が任命される。
- 21.2.13 必要と思われる他の競技役員

## 22. レフリー

- 22.1 レフリーは、World Aquatics デレゲートまたはコミッションおよびエバリュエーターと協力して活動する。レフリーはグループの決定を執行する。レフリーは出欠を取り、ジャッジにセッションの開催情報 (例えば、休憩があるか、棄権があるか等) を提供する。エバリュエーターは、全てのジャッジパネルのディスカッションとジャッジのデブリーフィングを主導する。  
レフリーは以下の責任を負う。
- 1) 全セッションの出場順を抽選
  - 2) 各セッション前の競技者変更の記録
  - 3) 電子スコアリングシステムの確認
  - 4) コンピュータ結果の確認
  - 5) エバリュエーター用プログラムが提供されていることを確認する。
  - 6) コーチカードがテクニカルコントローラーのためにアップロードされていることを確認する。
  - 7) ジャッジが各イベントのルーティン DD シートを持っていることを確認する。
  - 8) 通告、医療関係者、ミュージックマスター、ライフガード、アシスタントレフリーとのコミュニケーションをとる。
  - 9) コーチカードの変更を受け取り、記録員、テクニカルコントローラー、通告、メディア、放送関係者へ確実に配信する。
- 22.2 レフリーは、デッキの運営と競技進行の責任を負う。ルールは、World Aquatics デレゲート／コミッションとの協力により、レフリーによって執行される。必要に応じてエバリュエーターに相談することができる。レフリーは World Aquatics デレゲート／コミッションと協力して、競技会の実施に関連する質問と決定に責任を負う。
- 22.3 レフリーはセッションの実施にあたって必要なすべての競技役員が所定の位置についているかを確認する。競技役員が各ルーティンの任務についていることを確認し、各競技者のプログラムシートが提供されていることを確認する。
- 22.4 レフリーは World Aquatics デレゲート／コミッションと協議の上、欠席者、任務を遂行できない者、非効率的または偏向的と判断されたジャッジのためにリザーブを任命することができる。
- 22.5 緊急事態においては、レフリーはリザーブジャッジを任命することができる。
- 22.6 レフリーらは、競技者の準備ができたことを確認し、音楽の開始の合図をする。レフリーらは、ルールに違反した場合に生じるペナルティを承認する。レフリーおよび World Aquatics デレゲート／コ

ミッションは、発表の前に結果を承認する。

- 22.7 レフリーは、World Aquatics 規則が遵守されていることを確認するために、いかなる場面でも競技に介入することができ、World Aquatics デレゲート／コミッションと協力して、進行中のセッションに関連するすべてのプロテスト（抗議）を裁く。
- 22.8 レフリーは、自ら観察した規則違反について、違反者を World Aquatics デレゲート／コミッションに報告し、競技者の失格を勧告する。
- 22.9 レフリーは、チームリーダーミーティングに出席し、大会のための開催情報が整っていることを確認しなければならない。
- 22.10 レフリーは、チームリーダーミーティングで抽選を行う。抽選は、各ルーティンについてすべてのメディア情報シートが組織委員会に提出された後に開始される。

### 23. 他の競技役員

- 23.1 他の競技役員は、レフリーから指示された任務を遂行する。

### 24. 主催者の任務

- 24.1 主催国は次の事項に責任を負う。
- 24.1.1 [27.1-4]に記載されているプールの仕様と関連規則。要求事項の変更は World Aquatics の承認を得なければならない。
  - 24.1.2 World Aquatics に承認された適切な音響機器を準備する。
  - 24.1.3 競技用プールに水中スピーカー 4 台、練習用プールに水中スピーカー 4 台を準備する。
  - 24.1.4 ジャッジ用各ルーティンのプログラムシートとテクニカルコントローラー用コーチカードの提供。
  - 24.1.5 エントリーリストとジャッジフォームの準備。
  - 24.1.6 TASC、競技役員、コーチおよびメディアへのイベント情報の電子的な提供。
  - 24.1.7 フィギュアセッションのジャッジにスコアを表示する手段を提供すること。自動表示装置を使用するときは、装置の故障に備えて、各ジャッジにフラッシュ板を準備する。
  - 24.1.8 すべての World Aquatics 競技会において、スタート前の練習時間を確保する。
  - 24.1.9 World Aquatics が承認したスコアリングシステムが使用されることを確認する。
  - 24.1.10 World Aquatics 競技会では、電子得点とディスプレイ／スコアボードが使用されることを確認する。結果表示情報スコアボードは、前のプログラム（予選またはテクニカルルーティン）の順位、現在のプログラム（決勝またはフリールーティン）の順位、および現在の総合順位を表示しなければならない。
  - 24.1.11 すべてのセッションのビデオ記録と、プール底の使用を確認するためにすべてのルーティンに必要な水中映像が利用可能であることを確認すること。
- 24.2 すべてのアーティスティックスイミング競技会の競技会要項には、次の情報を含まなければならない。
- 1) 大会の開催地とプール名
  - 2) 大会の開催日と時間
  - 3) World Aquatics 会長、World Aquatics スタッフ、World Aquatics デレゲート／コミッション、World Aquatics ビューローリエゾンの氏名
  - 4) 競技種目ごとの参加国リスト
  - 5) 競技日程（イベントスケジュール）
  - 6) 競技者、競技役員、TASC の輸送スケジュールを会場およびホテルロビーに掲示
  - 7) イベントに参加する競技役員
  - 8) 水深、デッキから水面までの距離、飛び込み台の位置、梯子の位置などを具体的に示したプール図面。プールの断面図が望ましく、フィギュアセッションとルーティンセッションはプール図が望ましい。プールの仕様が〔施設規則〕にそっていない場合は、平面図と横断面図を含まな

ければならず、大会案内と共に送付しなければならない。

- 9) 水温
- 10) 競技者用ジェルステーション／競技者用ミラー
- 11) 競技者用ストレッチルーム
- 12) ジャッジ用ロッカー
- 13) 競技用プールを模倣したプラットフォーム付き練習用プール
- 14) すべてのアスリートが同条件でトレーニングできるスケジュール
- 15) 空港への送迎スケジュール
- 16) 現地で必要なビザの取得／ covid 条件の支援
- 17) ライブストリーミングと結果へのリンク情報
- 18) 医療サービス情報
- 19) ガラウォーターショーの企画

#### 24.3 その他の義務

- 24.3.1 プールの底面および側面のマーキング
- 24.3.2 プールおよび VIP 席と観客席の位置
- 24.3.3 照明の型式
- 24.3.4 ウォークオンのための指定されたスタート地点を含む、出入口のためのオープンスペース
- 24.3.5 音響装置の型式
- 24.3.6 代替設備
- 24.3.7 イベントスケジュールには、([4]による)どのセッションがプログラム([5])に組み入れられるか、また[7.1]と[7.2]による予選および決勝の有無を記載する。
- 24.3.8 ガラウォーターショーが競技の最後に含まれることを確認すること。参加者は、1分00秒以上1分30秒以内の新しいルーティンを行わなければならない。コスチューム、メイクアップ、小道具の照明も歓迎する。ガラショーのプログラムは World Aquatics に承認されなければならない。

### 25. エイジグループ規則

#### 25.1 総則

すべてのエイジグループの競技会には、World Aquatics ルールを適用する。

#### 25.2 年齢区分

- 25.2.1 すべてのエイジグループの競技者は、競技会開催年の1月1日～12月31日の間、12月31日(23時59分)の年齢で区分される。
- 25.2.2 アーティスティックスイミングのエイジグループ
  - 10) 12歳以下
  - 11) ユース (13歳～15歳)
  - 12) ジュニア (15歳～19歳)
  - 13) シニア 15歳以上
- 25.2.3 アーティスティックスイミングの男子エイジグループ
  - 14) 12歳以下
  - 15) ユース (13歳～16歳)
  - 16) ジュニア (15歳～20歳)
  - 17) シニア 15歳以上

#### 25.3 エイジグループフィギュアセッション

- 25.3.1 12歳以下のカテゴリでは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームの出場者は、4つのフィギュア、すなわち2つのコンパルソリーフィギュアおよび[29.1.3]に記載されているリストから選ばれた1グループ2つのフィギュアを行う。オープンフリーコンビネーションの出場者は、上記の手順で選ばれた4つのフィギュアを行うことができる。

ユースカテゴリでは、女子ソロ、男子ソロ、女子デュエット、ミックスデュエット、オープンチームの出場者は、〔29.1.4〕に記載されているリストから選ばれた4つのフィギュアから2つのフィギュアを組み合わせる実施しなければならない。オープンフリーコンビネーションの出場者は、上記の手順で選ばれた2つのフィギュアを行うことができる。

〔29.1 附則1〕 World Aquatics フィギュア2022－2025から、2つのフィギュアのグループまたはセットが、〔8.3〕に従って、組織委員会によって抽選される。

### 25.3.2 フィギュアリスト：

12歳以下のカテゴリのフィギュアグループと、それぞれ2つのフィギュアの合計 DD（難易度）が同じ2つのフィギュアグループ3セットのユースフィギュアは〔29.1 附則1〕に記載されている。

参加する各国／クラブは、相互の同意により、出場者の能力のレベルに応じて、他のエイジグループから選ぶこともできる。

### 25.3.3 12歳以下およびユースの出場者について、フィギュアセッションの最終得点は、合計 DD（難易度）で割り10をかける。（〔12.2〕参照）。

### 25.4 12歳以下およびユースのデュエットまたはチームイベントにおいて、すべての競技者は同じ年齢区分に出場し、抽選で割り当てられたフィギュアグループを行わなければならない。（〔8.3〕および〔8.4〕参照）

### 25.5 各エイジグループの制限時間はデッキューブメント（陸上動作）10秒を含み以下のとおりとする。

#### 25.5.1 12歳以下／ユース

ソロ	2：00
女子デュエット／ミックスデュエット	2：30
オープンチーム	3：00
オープンフリーコンビネーション	3：00

#### 25.5.2 ジュニア

##### 25.5.2.1 ジュニア フリールーティン

ソロ	2：15
女子デュエット／ミックスデュエット	2：45
オープンチーム	3：30
オープンアクロバティックルーティン	3：00

##### 25.5.2.2 ジュニア テクニカルルーティン

女子ソロ	2：00
デュエット／ミックスデュエット	2：20
オープンチーム	2：50

それぞれの制限時間に増減5秒を認める。

## 26. 水着と身に着けられるもの

ルーティンの水着は、World Aquatics ルール（Part1〔7〕）および以下の規則に従う。

### 26.1 競技者の水着が規則に従っていないとレフリーが判断した場合、競技者は適切な水着に着替えるまで、競技に参加することはできない。ただし、使用音楽のキャラクターやテーマを表現した水着は認

められる。水着は、スポーツにふさわしくない、過度な肌の露出があってはならない。アーティスティックスイミングの水着は、品位があり、競技にふさわしいものでなければならない。

アーティスティックスイミングの男子の水着は、へそを超えず大腿までとする。

いかなる競技者も、競技中にスピード、浮力、持久力を補助するような装置や水着を使用したり、着用したりすることは許されない。テクノロジーおよび自動データ収集装置の使用は、データ収集のみを目的として許される。自動化された装置は、競技者にデータ、音、信号を送信するために使用してはならず、またスピードを補助するために使用してはならない。身体にテープを貼ることは、World Aquatics Sport Medicine Committee の承認がない限り認められない。

**26.2** 医学的見地より必要とされる場合を除き、付属装具、ゴーグル、または附属的な衣類は認められない。イベントで、競技者がこれに従っていないことを、レフリーが観察したか、またはアシスタントレフリーから通知された場合、競技者はこれに従うまで、競技に参加することはできない。

**26.3** ノーズクリップやプラグの使用は任意とする。

**26.4** 安全上の理由から、小さなスタッドアクセサリのみ許可される。競技者は、イベントの開始前に、ぶら下がっているアクセサリやヘッドピースまたは水着からぶら下がっているアイテムを外す必要がある。

**26.5** シアトリカルメイク（舞台化粧）をしてはならない。競技者の個性やルーティンのテーマを表現するようなナチュラルメイクは行うことができる。

## **27. アーティスティックスイミング施設と設備**

### **27.1 アーティスティックスイミング施設**

#### **27.1.1 フィギュア競技エリア**

[27.1.1]のフィギュア競技用のエリアは、TASCにより承認された[27.1.2]のルーティン競技用のエリアと同じプールのエリアを使用することができる。

#### **27.1.2 ルーティン競技エリア**

競技のルーティンセクションでは、最低15メートル×25メートルのエリアが必要で、そのうち12メートル×12メートルのエリアは最低3.0メートルの深さがなければならない。残りのエリアの深さは最低2.0メートルとする。不適格の場合は、World Aquatics がケースバイケースで決定する。

#### **27.1.3 水深**

プールの水深は、[27.1.2]に詳述する通りとする。水深が2.0メートルを超える場合、プールの壁における水深は2.0メートルとし、その後プールの壁から最大1.2メートルの地点で一般的な水深に達するように傾斜させることができる。

#### **27.1.4 マーキング**

Part2 [16.2.15]に記載されたマーキングがない場合、プールの床には、以下に詳述するように、プールの長さに沿って一方向に対照的な線を示さなければならない：アーティスティックスイミング図面 付属資料1

#### **27.1.5 水の状態**

**27.1.5.1** 水の透明度は、プールの底が見える程度でなければならない。

**27.1.5.2** 水温は摂氏27度を下回ってはならない。

#### **27.1.6 照明**

水面から1メートルの高さにおける最低光度は600ルクスを下回ってはならない。自然照明および人工照明の光源は、審判台およびスタート台がまぶしくないように制御された状態で提供されなければならない。

#### **27.1.7 スタート台プラットフォーム**

スタート台の高さは1.0mを推奨するが、0.5mを下回らない。

プラットフォームの表面は滑りにくい素材で覆われ、速乾性の防水カーペットが推奨される。

競技者入場は常にセンターステージでなければならない。

## 27.2 オリンピックと世界選手権のアーティスティックスイミング施設

### 27.2.1 一般要件

オリンピック競技大会および世界選手権大会におけるアーティスティックスイミングの競技エリア（フィールドオブプレイ）は、以下の通りである：アーティスティックスイミング図面 付属資料1および2を参照

### 27.2.2 ルーティン競技エリア

オリンピックおよび世界選手権大会のルーティン競技では、最低30.0メートル×20.0メートルの面積が必要とされる。

### 27.2.3 水深

水深は常に3.00メートル以上でなければならない。

### 27.2.4 マーキング

Part3 [16.2.15] のレーン・マークがない場合、プールの床には、Part3 [16.2.15] のプールの長さに沿って、一方向に対照的な線を引かなければならない：アーティスティックスイミング図面 付属資料1を参照

### 27.2.5 水の状態

27.2.5.1 水の透明度は、プールの底が見える程度でなければならない。

27.2.5.2 水温は摂氏27度を下回ってはならない。

### 27.2.6 照明

水面から1メートルの高さでの光度は1500lux を下回ってはならない。自然照明および人工照明の光源は、ジャッジ台およびスタート台がまぶしくないように制御された状態で提供されなければならない。

### 27.2.7 スタートプラットフォーム

スタート台の高さは0.7m とし、公差は±1cm とする。プラットフォームの表面は滑りにくい素材で覆われ、速乾性の防水カーペットを推奨する。アーティスティックスイミング図面 付属資料1および2を参照

### 27.2.8 ジャッジ台

ジャッジ台はテーブルと椅子を備え、最低0.6メートルの高さがなければならない。プラットフォームはプールの端から2メートル以内でなければならない。アーティスティックスイミング図面 付属資料1および2を参照

### 27.2.9 練習用ウォームアッププール

練習用ウォームアッププールは、最低25メートル×25メートル、または30メートル×20メートル、水深3メートルの面積を持つものとする。[27.4] に定める要件を満たす音響再生システムを使用できるものとする。

### 27.2.10 ドライランド

ドライランドトレーニング・ストレッチエリアは、マットを敷いて、競技者に用意されなければならない。

## 27.3 自動記録機

最小設置台数は以下の通りである：

27.3.1 ジャッジと同数のスコア記録装置（フィギュア：5台から28台まで、ルーティン：5台から15台まで）。

27.3.2 結果は、レフリーまたは任命されたジャッジにより確認された後にのみ、転送することができる。

27.3.3 リザルト記録およびバックアップシステムを備えたりザルトユニット（コンピュータ）。World Aquatics が承認したプログラムおよびシステムのみ使用できる。

27.3.4 すべての記録情報、スタートリスト、リザルトリストのプリントアウトシステム。

27.3.5 記録された結果に基づくジャッジのエバリュエーションシステム。World Aquatics TASC 承認のエバリュエーションプログラムが必要である。

27.3.6 スコアボード付きコントロールユニット；32桁の数字を含む最低10行のスコアボード（または

アーティスティックスイミング施設規則に記載されているスコアボード。スコアボードは、記録されたすべての情報とランニングタイムを表示できなければならない。

27.3.7 電子システムが故障した場合に備えて、各ジャッジはフラッシュカードを使用する。

27.3.8 タイミングシステム

ウォークオンタイム、デッキムーブメント（陸上動作）タイム、全体タイムを計時する2人の独立した計時員を備えた自動計時システム。計時員はリザルト管理者の近くに位置する。

27.3.9 水中監視システム

水中カメラが必要で、タイプにより壁面または底面に取り付け、ハーネスで固定する。TASCが即時レビューを行うためのモニターが利用可能でなければならない。

27.3.10 ルーティンとフィギュアのレビューシステム

2～4台のカメラを決められた位置に設置し、ハーネスを取り付け、ビデオサーバーまたはコンピュータコントロールセンターと、スローモーションの即時再生が可能なデータストレージを備えなければならない。

## 27.4 音響装置とプレゼンテーションの基準

最低限以下のものを含む。

27.4.1 アンプミキサーシステム

ミキサーは、少なくとも16の入力と6つの出力(LR(左右チャンネル)PA、競技場でのLRスピーカーシステム、予備/または放送用の2つの出力)を備えていなければならない。アンプは使用するスピーカーに適したものを使用する。

27.4.2 音響再生システム

27.4.2.1 アナウンスおよび式典用の高品質のマイクおよびマイクステーション。

27.4.2.2 競技エリアに均一でクリアな音を届けるためのサイズ、数、配置の高品質なエアスピーカー(AS)。また、歪みなく105dB SPL(音圧レベル)Aを発生できるものでなければならない。スピーカーの周波数特性は、少なくとも40Hz～16kHzでなければならない。

27.4.2.3 競技エリアのスタート台に均一でクリアな音を届けるためのサイズ、数、配置の高品質なエアスピーカー(AS)。また、歪みなく105dB SPL Aを発生できる。スピーカーの周波数特性は、少なくとも40Hz～16kHzでなければならない。

27.4.2.4 競技フィールドにおけるすべてのエアスピーカー(AS)は、感電の危険を避けるため、「パッシブ」(アンプ内蔵なし)でなければならない。

27.4.2.5 クリアで均一な水中音響を実現するUWS(水中スピーカー)。UWSは、歪みなく98dB Aを発生できる。UWSの周波数特性は少なくとも200Hz～10kHzでなければならない。UWSスピーカー用のアイソレーションおよびインピーダンス整合トランスシステム。

27.4.2.6 DSP(Digital Sound Processor) ASとUWSの間で振幅周波数特性および遅延補正を行う。DSPは少なくとも2つの入力と独立した6つの出力(または3つのステレオ独立出力)を持つ。各出力は、HPF(ハイパスフィルター)、LPF(ローパスフィルター)、GEQ(グラフィックイコライザー)および/またはパラメトリックイコライザー、コンプレッサー/リミッター、ディレイ(最低5秒)を備えている。

27.4.3 PA(パブリックアドレス)システム(観客のための音響再生システム)

27.4.3.1 音響システムは、観客席全体の直接音レベルの偏差が±3dB Aを超えない範囲で、少なくとも110dB Aの観客席をカバーできるものとする。

27.4.3.2 STI PA(PAシステムの音声伝達指数)は、0.5～1.0STIとする。

27.4.3.3 PAシステムは、高音域の大気損失を補償するのに十分なヘッドルームを提供するものとする。

27.4.3.4 PAシステムは、音の遅延の問題を避けるため、競技場への影響を最小限に抑える。

27.4.4 水上と水中の両方で音楽の音量レベルを監視するための音量(デシベル)計。

27.4.5 機器を適切に相互接続するためのパッチコード、スピーカーを最適な音響分布に配置するための適切なスピーカー延長線。

27.4.6 スピーカーやその他の機器を保護するために必要なヒューズシステム。

27.4.7 すべての機器の安全な接地を確保するためのアース線

27.4.8 電気配線やスピーカー線を踏んだりつまずいたりした際に、人や機器が負傷する可能性を最小

限に抑えるための安全材料。

27.4.9 ストップウォッチ。

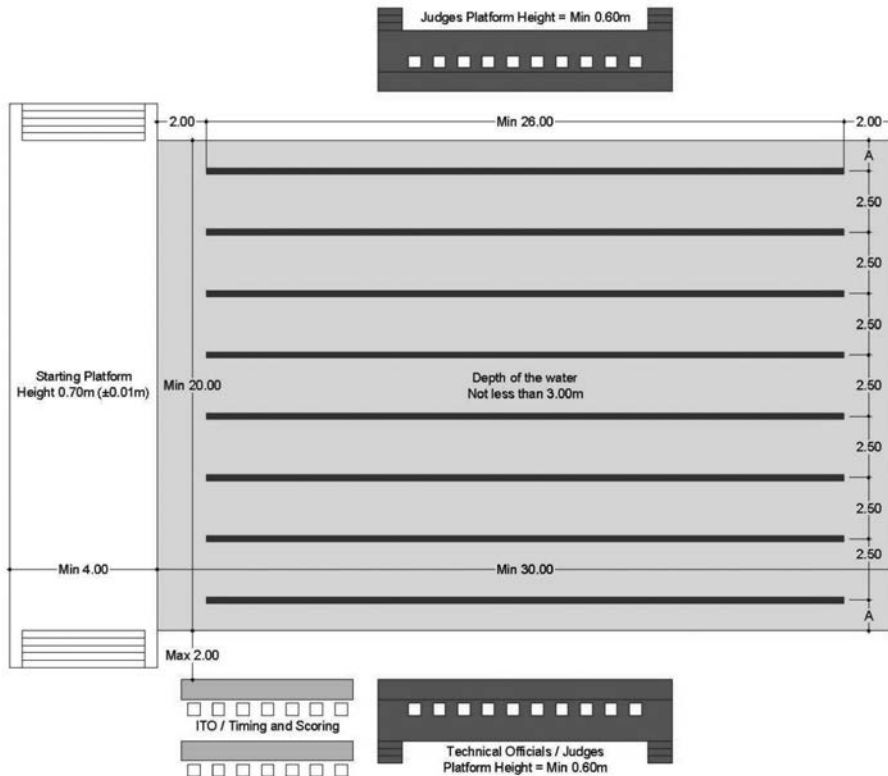
27.4.10 初期の特別な接続および緊急修理に必要な工具および計器。

27.4.11 オフィシャルとサウンドデスク間の通信システム。ヘッドセットを5台用意する。

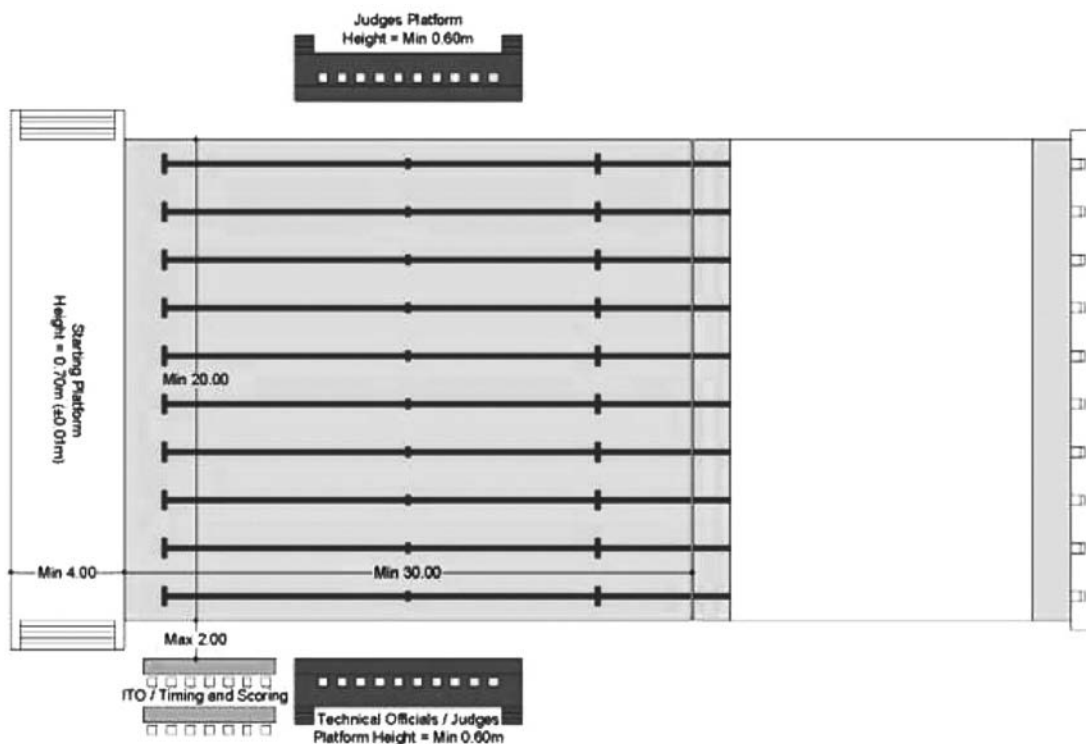
27.4.12 水中音を連続的にモニターし、記録するシステム。

## 27.5 付属資料

付属資料1 - 図面 - オリンピック競技大会および世界選手権大会のアーティスティックスイミング競技エリア (フィールドオブプレイ (FOP))



付属資料2 - 図面 - オリンピック競技大会および世界選手権大会のアーティスティックスイミング競技エリア (フィールドオブプレイ (FOP))



## 28. アーティスティックスイミングの医事および安全に関する特定の要件

医事要件は (Part 1〔9.2〕)に記載されている。ただし、競技毎に独自要件がある。

### 28.1 競技エリア (フィールドオブプレイ (FOP)) 応急処置エリアの位置

FoP 応急処置エリアは、開始プラットフォームと退水エリアの近くに配置する。

### 28.2 水難救助とライフガード

競技中は3人のライフガードを必要とする。緊急時に直ちに対応できるよう、コーチ席の横にライフガード1人を配置する。競技エリア全体をカバーするために、ライフガード2人をプールの異なるサイドに配置する。

ウォームアッププールでは、最低2人のライフガードが必要である。

## 29. 附 則

29.1 附則1 World Aquatics 基本姿勢・基本動作・フィギュア

29.2 附則2 テクニカルルーティン

29.3 附則3 ルーティンの必須エレメント数

29.4 附則4 アクロバティックルーティン要件

29.5 附則5 フリーコンビネーション要件

29.6 附則6 ハイブリッドカタログ

29.7 附則7 アクロバティックカタログ

29.8 附則8 シンクロナイズーションエラーの識別

29.9 附則9 アーティスティックスイミング ワールドランキング


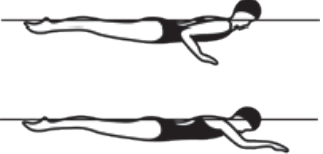



国内競技会には (公財)日本水泳連盟の規則・規程が適用される。


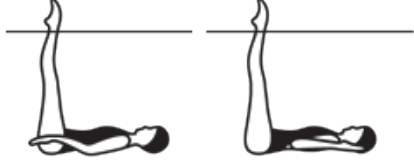

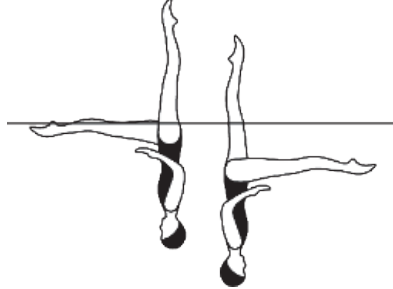
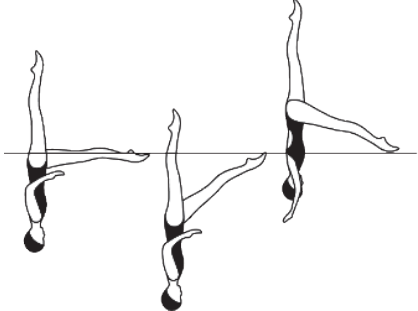


## 29.1 附則1 基本姿勢・基本動作・フィギュア











### 29.1.1 基本姿勢 (BP)




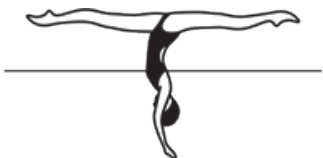
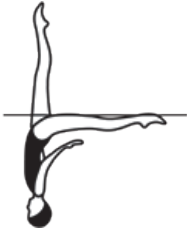

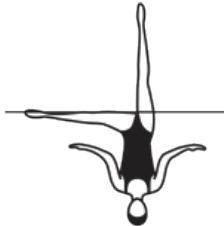
すべての基本姿勢において：

- a) 腕の位置は任意。
- b) つま先と足首を伸ばす。
- c) 両脚、胴体、首は、特に指定がない限り、完全に伸ばす。
- d) 図はあくまで目安。図と解説の間に相違がある場合、英語による解説が優先される。

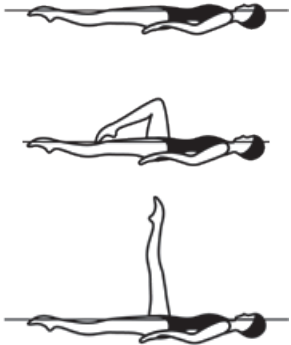
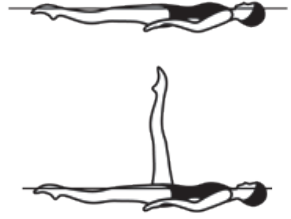
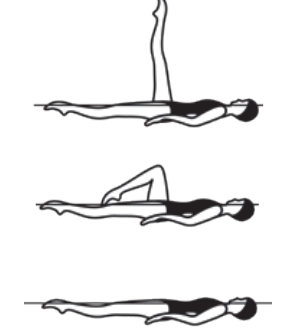


<p><b>1 上向き水平姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・顔、胸、腿、足先は水面で、身体を伸ばす。</li> <li>・頭(特に耳)、腰、足首を水平に並べる。</li> </ul>	
<p><b>2 下向き水平姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・頭、背の上部、臀部、かかとは水面で、身体を伸ばす。</li> <li>・特に指定がない限り、顔は水中、水上どちらでもよい。</li> </ul>	
<p><b>3 バレーレグ姿勢</b></p>	
<p>a) 水上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は上向き水平姿勢。</li> <li>・片脚は水面に垂直に伸ばす。</li> </ul>	
<p>b) 水中</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・頭、胴体、水平の脚は、水面に平行。</li> <li>・片脚は水面に垂直で、水位は膝と足首の間。</li> </ul>	
<p><b>4 フラミンゴ姿勢</b></p>	
<p>a) 水上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・片脚は水面に垂直に伸ばす。</li> <li>・他の脚は、ふくらはぎの中央が垂直の脚と交差するまで曲げる。</li> <li>・足先、すね、膝は水面で平行を保つ。</li> <li>・顔は水面。</li> </ul>	
<p>b) 水中</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・胴体、頭、曲げた脚のすね、足先は、水面に平行。</li> <li>・胴体と伸ばした脚の角度は90°。</li> <li>・水位は、伸ばした脚の膝と足首の間。</li> </ul>	


<p><b>5 バレーレグダブル姿勢</b></p>		
<p>a) 水上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚を揃え、水面に垂直に伸ばす。</li> <li>・頭は胴体の線上。</li> <li>・顔は水面。</li> </ul>		
<p>b) 水中</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・胴体と頭は、水面に平行。</li> <li>・胴体と伸ばした両脚の角度は90°。</li> <li>・水位は、伸ばした両脚の膝と足首の間。</li> </ul>		
<p><b>6 垂直姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は、頭を下にして両脚を揃え水面に垂直に伸ばす。</li> <li>・頭に（特に耳）、腰、足首は一直線上。</li> </ul>		
<p><b>7 クレーン姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は<b>垂直姿勢</b>のように伸ばす。</li> <li>・片脚は、身体に90°の角度で前方に伸ばす。</li> </ul>		
<p><b>8 フィッシュテイル姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は<b>垂直姿勢</b>のように伸ばす。</li> <li>・片脚は、身体の前方に伸ばす。</li> <li>・腰の高さにかかわらず、前方の脚の足先は水面。</li> </ul>		
<p><b>9 タック姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・背を丸め、両脚を揃え、身体はできるだけ小さくまとめる。</li> <li>・かかとは臀部に近づける。</li> <li>・頭は膝に近づける。</li> </ul>		


<p><b>10 フロントパイク姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・体は腰で90°に曲げる。</li> <li>・両脚を揃えて伸ばす。</li> <li>・胴体は背をまっすぐに伸ばし、頭は胴体の線上。</li> </ul>		
<p><b>11 バックパイク姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は腰で45°以下の鋭角に曲げる。</li> <li>・両脚を揃えて伸ばす。</li> <li>・胴体は、背をまっすぐに伸ばし、頭は胴体の線上。</li> </ul>		
<p><b>13 サーフェスアーチ姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・背の下部を反らせ、腰、肩、顔は垂直線上。</li> <li>・両脚は揃えて水面。</li> </ul>		
<p><b>14 ベントニー姿勢</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・下向き水平姿勢、上向き水平姿勢、垂直姿勢、またはアーチ姿勢</li> <li>・片脚を曲げ、その曲げた脚のつま先は、伸ばした脚の膝、または膝より上の内側につける。</li> </ul>		
<p><b>a) ベントニー下向き水平姿勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は下向き水平姿勢で、曲げた脚の腿は水面に垂直。特に指定がない限り、顔は水中、水上どちらでもよい。</li> </ul>		
<p><b>b) ベントニー上向き水平姿勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は上向き水平姿勢で、曲げた脚の腿は水面に垂直。</li> </ul>		
<p><b>c) ベントニー垂直姿勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は垂直姿勢で、曲げた脚の腿は水面に平行。</li> </ul>		
<p><b>d) ベントニーサーフェスアーチ姿勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・背の下部を反らせ、腰、肩、顔は垂直線上。</li> <li>・曲げた脚の腿は水面に垂直。</li> </ul>		

<p><b>15 タブ姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚を揃えて曲げ、足先とすねは水面に平行。腿は垂直。</li> <li>・頭は胴体の線上。</li> <li>・顔は水面。</li> </ul>	
<p><b>16 スプリット姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚を前後に均等に開く。</li> <li>・両脚は水面に平行。</li> <li>・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。</li> <li>・腰の高さにかかわらず、伸ばした両脚の角度は180° (フラットスプリット)。</li> <li>・それぞれの脚の内側が水平ラインに対辺して並ぶ。</li> </ul>	
<p><b>a) サーフェススプリット姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚は水面でドライである (完全に浮かせる) こと。</li> </ul>	
<p><b>b) エアボーンスプリット姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚は水面より上にあること。</li> </ul>	
<p><b>17 ナイト姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。</li> <li>・片脚は垂直。</li> <li>・他の脚は後方に伸ばし、足先を水面に保ち、できるだけ水平に近づける。</li> </ul>	
<p><b>18 ナイトバリエーション姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。</li> <li>・片脚は垂直。</li> <li>・他の脚は後方で膝を90°以下に曲げる。曲げた脚の腿とすねは水面と平行。</li> </ul>	
<p><b>19 サイドフィッシュテイル姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体は、<b>垂直姿勢</b>のように伸ばす。</li> <li>・片脚は横に伸ばす。</li> <li>・その足先は、腰の高さにかかわらず水面。</li> </ul>	

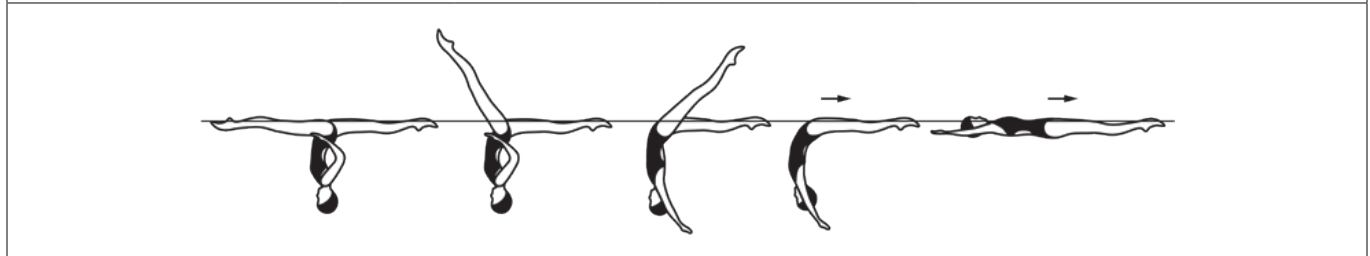
## 29.1.2 基本動作 (BM)

<p><b>1A バレーレッグを上げる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・上向き水平姿勢から始め、片脚は常に水面に保つ。</li> <li>・他の脚の足先は、伸ばした脚の内側に沿って引き、ベントニー上向き水平姿勢になる。</li> <li>・腿を動かさずに曲げた脚を伸ばし、バレーレッグ姿勢になる。</li> </ul>	
<p><b>1B ストレートバレーレッグを上げる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・上向き水平姿勢から、片脚をストレートに上げて、バレーレッグ姿勢になる。</li> </ul>	
<p><b>2 バレーレッグを下ろす</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーレッグ姿勢から、腿を動かさずにバレーレッグの膝を曲げ、ベントニー上向き水平姿勢になる。</li> <li>・つま先は伸ばした脚の内側に沿って動かし、上向き水平姿勢になる。</li> </ul>	
<p><b>3 フロントパイク姿勢になる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・顔を水面につけた下向き水平姿勢から、胴体を下方に動かし、フロントパイク姿勢になる。</li> <li>・臀部、脚、足先は水面に沿って、臀部がはじめ頭のあった位置まで移動する。</li> </ul>	
<p><b>4 フロントパイク姿勢から水中バレーレッグダブル姿勢になる</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フロントパイク姿勢から、この姿勢を保ったまま、臀部、脚、足先を下方に移動させながら身体を前方に回転し、水中バレーレッグダブル姿勢になる。</li> <li>・臀部は、はじめ頭のあった位置まで移動する。</li> </ul>	

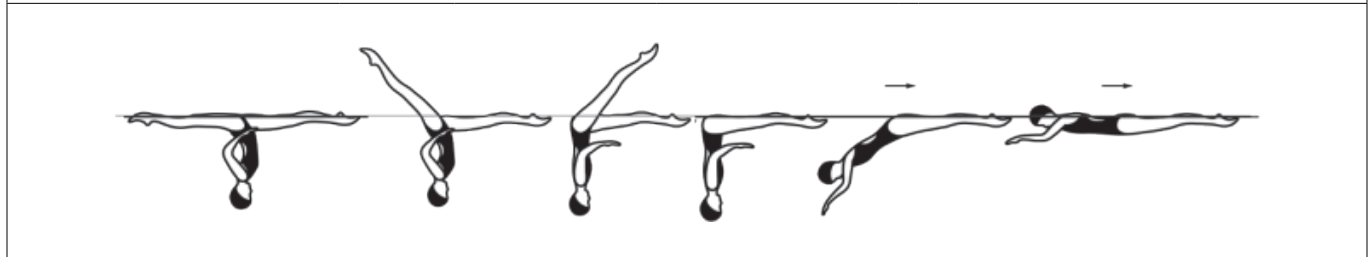
<p><b>5 アーチから上向き水平姿勢になる</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・サーフェスアーチ姿勢から、足先の方へ動いて上向き水平姿勢になる。</li> <li>・腰、胸、顔の順に浮き上がり、頭は、はじめ腰のあった位置に移動する。</li> </ul>	

<p><b>6 ウォークアウト</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・これらの動作は、フィギュアの解説で特に指定がない限り、スプリット姿勢から始める。</li> <li>・腰の位置を保ったまま、片脚を持ち上げ、水上に弧を描いて他の脚に合わせる。</li> </ul>	

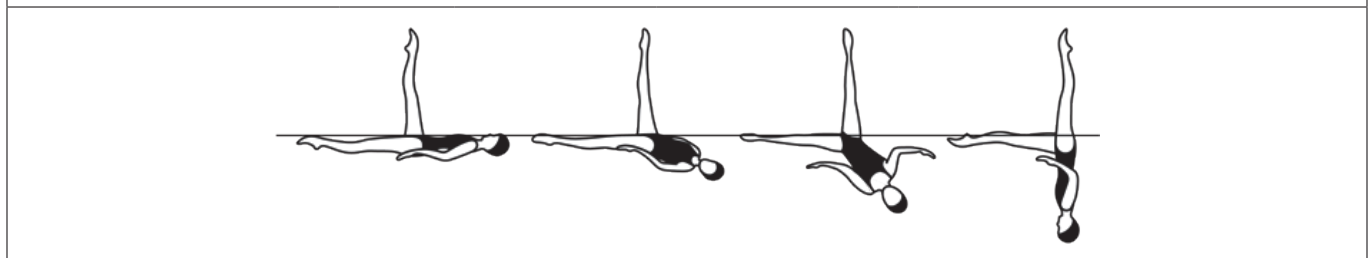
<p><b>a) ウォークアウトフロント</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・前脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いて他の脚に合わせ、サーフェスアーチ姿勢になる。</li> <li>・動作を続けながら、アーチから上向き水平姿勢で終了する。</li> </ul>	



<p><b>b) ウォークアウトバック</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・後ろ脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いて他の脚に合わせ、フロントパイク姿勢になる。</li> <li>・動作を続けながら、下向き水平姿勢になる。</li> <li>・はじめ腰のあった位置へ、頭が浮き上がる。</li> </ul>	

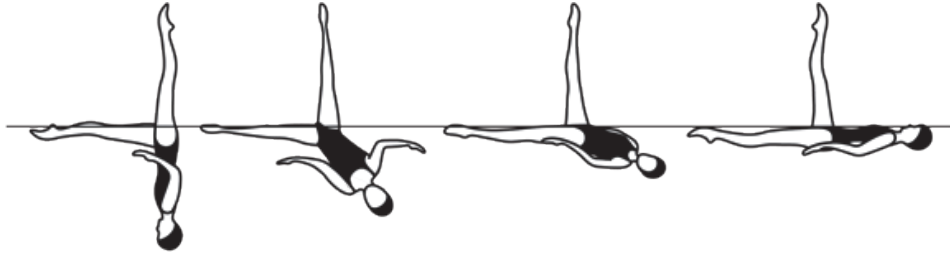


<p><b>7 カタリーナローテーション</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・バレレッグ姿勢から、身体の回転を始める。</li> <li>・頭、肩、胴体は、水面で回転を始め、横へ動くことなく下降し、フィッシュテイル姿勢になる。</li> <li>・回転中、垂直の脚は水面に対して90°を保ち、水平の脚の足先は水面に保つ。</li> <li>・特に指定がない限り、カタリーナローテーションはバレレッグ姿勢から始める。</li> </ul>	



## 8 カタリーナリバースローテーション

- ・フィッシュテイル姿勢から、腰を回転させながら、横へ動くことなく胴体を浮上させ、パレーレグ姿勢になる。
- ・回転中、垂直の脚は水面に対して90°を保ち、水平の脚の足先は水面に保つ。

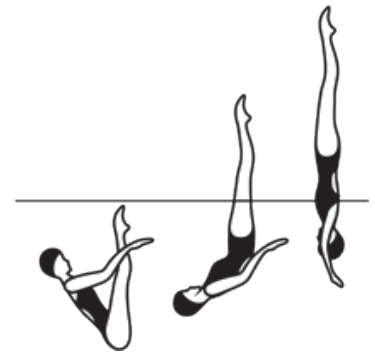


## 9 スラスト

- ・両脚が水面に垂直なバックピイク姿勢から始める。
- ・身体はアンロールし、同時に両脚と腰を素早く上方に突き上げ、**垂直姿勢**になる。最大の高さが望ましい。

### スラストの許容範囲

スラスト動作における、逸脱の許容範囲は、垂直から最大15°までとする。

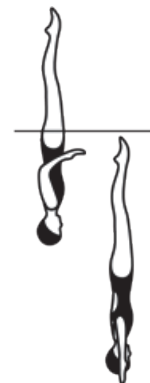


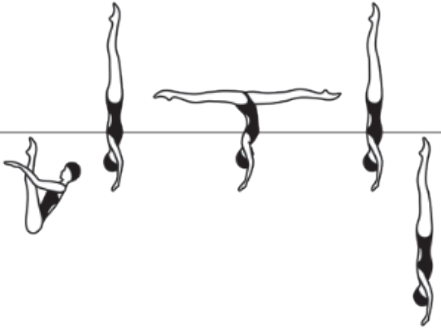
減点は以下のとおり：

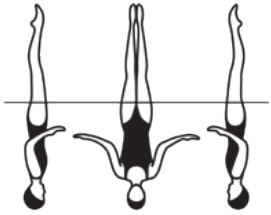
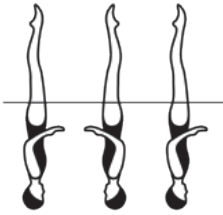
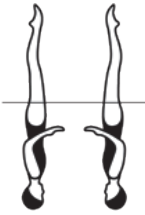
	角度の逸脱	減点
スモール逸脱	16 - 30°	0.2点
ミディアム逸脱	31 - 45°	0.5点
ラージ逸脱	46°以上	1.0点

## 10 垂直沈み込み

- ・垂直姿勢の縦軸を保ったまま、身体はつま先が沈むまで沈み込む。

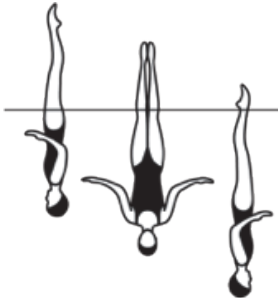


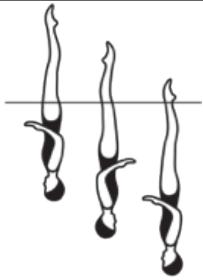
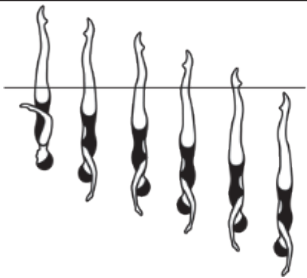
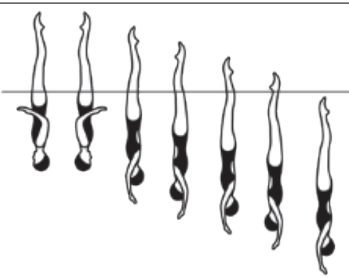


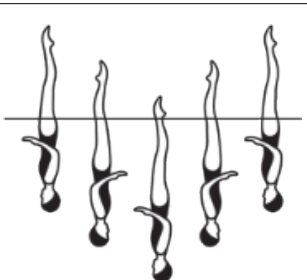
<b>11 ロケットスプリット</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・垂直姿勢までスラストを行う。</li> <li>・最高位を保ったまま、両脚を同時に素早く開脚しエアボーンスプリット姿勢になり、続けて両脚を閉じて垂直姿勢になり、続けて垂直沈み込みを行う。</li> <li>・垂直沈み込みはスラストと同じテンポで行う。</li> </ul>	

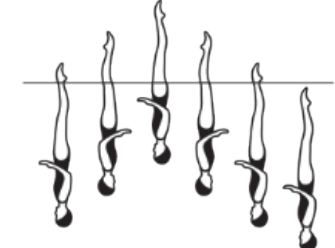
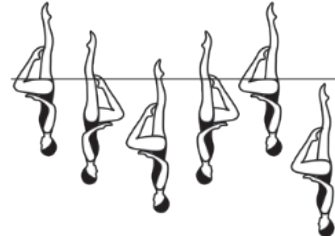

<b>12 ツイスト</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツイストは、同じ高さを保ったまま回転する。</li> <li>・身体は縦軸上で回転する。</li> <li>・垂直姿勢で行った場合、特に指定がない限り、ツイストは垂直沈み込みで終了する。</li> </ul>		
<p>a) 半回ツイスト： 180°のツイスト</p>	<p>b) 1回ツイスト： 360°のツイスト</p>	<p>c) トワール： 180°の素早いツイスト</p>
		

**ツイストの許容範囲**

ツイスト回転 (半回ツイスト、1回ツイスト、トワール) の許容範囲は、定められた回転の4分の1過不足までとする。

<b>13 スピン</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・スピンは垂直姿勢で回転する。</li> <li>・身体は縦軸上で回転する。</li> <li>・特に指定がない限り、スピンはユニフォームモーションで行う。</li> <li>・下降スピンは、垂直の頂点から始まり、足首が水面に達するときに完了する。</li> <li>・特に指定がない限り、下降スピンはスピンと同じテンポの垂直沈み込みで終了する。</li> </ul>	
<p>a) 180°スピン：180°回転の下降スピン</p>	

<p>b) 360°スピン：360°回転の下降スピン</p>	
<p>c) コンティニューアススピン： 720°（2回転）、1080°（3回転）、または1440°（4回転）の素早い下降スピンを、足首が水面に達するとき完了し、水面下に沈み込むまで、回転を続ける。</p> <p style="text-align: center;">図はコンティニューアススピン720° →</p>	
<p>d) ツイストスピン： 半回ツイストを行い、間をあげずに半回ツイストと同じ方向に720°（2回転）のコンティニューアススピンを行う。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・上昇スピンは、特に指定がない限り、水位が足首の位置から始める。</li> <li>・上昇スピンは、水位が膝と腰の間に達して完了する。</li> <li>・上昇スピンは、<u>垂直沈み込み</u>で終了する。</li> </ul>	
<p>e) スピニアップ180°：180°回転の上昇スピン</p>	
<p>f) スピニアップ360°：360°回転の上昇スピン</p>	
<p>g) コンバインドスピン： 360°以上の下降スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の上昇スピンを行う。上昇スピンは下降スピンの開始と同じ高さまで上がる。</p>	

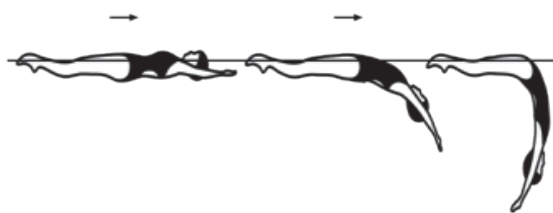
<p>h) リバースコンバインドスピン： 360°以上の<b>上昇</b>スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の<b>下降</b>スピンを行う。</p>	
<p>i) ベントニーコンバインドスピン： ベントニー<b>垂直</b>姿勢で360°以上の<b>下降</b>スピンを行い、間をあげずに、ベントニー<b>垂直</b>姿勢のまま、同じ方向に同等の<b>上昇</b>スピンを行う。 上昇スピンは下降スピンの開始と同じ高さまで上がる。</p>	
<p>j) リバースベントニーコンバインドスピン： ベントニー<b>垂直</b>姿勢で360°以上の<b>上昇</b>スピンを行い、間をあげずに、ベントニー<b>垂直</b>姿勢のまま、同じ方向に同等の<b>下降</b>スピンを行う。</p>	

#### スピンの許容範囲

コンティニユアスピンの許容範囲は、定められた回転数の180°過不足までとする。その他のスピン(180°スピン、360°スピン、720°スピン、ツイストスピン、スピナップ180°、スピナップ360°)の許容範囲は、定められた回転数の4分の1過不足までとする。コンバインドスピンの許容範囲はない。

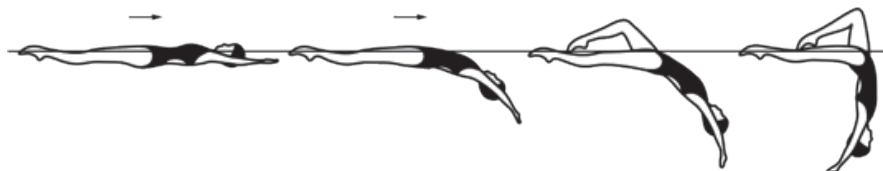
#### 14 サーフェスアーチ姿勢になる


- ・上向き水平姿勢から、頭を先頭に、頭、腰、足先が水面に沿って移動する。移動しながら頭が水面から離れ、背を反らせ、サーフェスアーチ姿勢になる。
- ・腰は、はじめ頭のあった位置まで移動する。



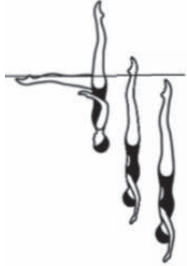
#### 15 ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる

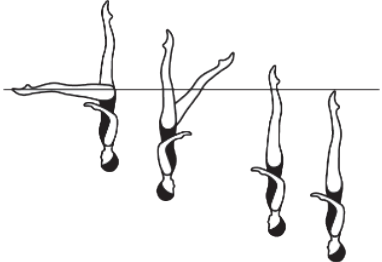
- ・上向き水平姿勢から、頭を先頭に、頭、腰、足先が水面に沿って移動する。移動しながら頭が水面から離れ、背を反らせ、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。
- ・腰は、はじめ頭のあった位置まで移動する。

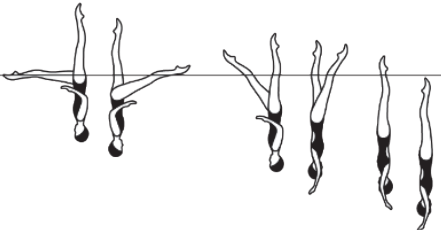


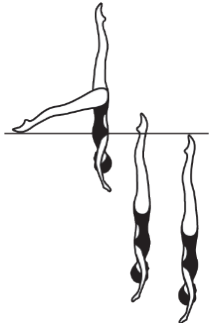
<p>16 アリアーナローテーション</p>	
<p>・スプリット姿勢から、両脚の位置を水面に保ったまま、腰を180°回転する。</p>	


<p>17 ヘリコプターローテーション</p>	
<p>・フィッシュテイル姿勢から、下降回転しながら、水平の脚を垂直の脚へ閉じるよう持ち上げ、<b>垂直姿勢</b>になる。足首が水面に達するときに回転を完了する。</p>	

<p>a) スピン180°： 180°の回転の<b>下降スピン</b>。<b>垂直沈み込み</b>で完了する。</p>	
---	---

<p>b) スピン360°： 360°の回転の<b>下降スピン</b>。<b>垂直沈み込み</b>で完了する。</p>	
---	--

<p>c) コンティニューアススピン720°： 720°(2回転)の<b>素早い下降スピン</b>。足首が水面に達するときに2回転を完了し、水面下に沈み込むまで、回転を続ける。</p>	
--	---

<p>d) ラピッドエアボーンスピン180°： エアボーンフィッシュテイル姿勢から、180°の<b>素早い下降スピン</b>を行いながら、水平の脚を垂直の脚へ閉じるよう、<b>垂直姿勢</b>まで、素早く持ち上げ、足首が水面に達するときに180°回転を完了し、<b>垂直沈み込み</b>を行う。</p>	
---	---

<p>18 フェットローテーション</p>	
<p>・フィッシュテイル姿勢から、水平の脚が垂直の脚に向かう方向へ素早く180°回転しながら、水平の脚を曲げ、<b>ベントニー垂直姿勢</b>になる。 ・曲げた脚を素早く伸ばし、フィッシュテイル姿勢になる。</p>	

### 29.1.3 12歳以下フィギュア

グループ／ フィギュア番号	フィギュア名	難易度
コンパルソリー		
106	ストレートバレレグ	1.6
301	バラクダ	1.8
選択グループ		
グループ1		
359	フロントアリアーナ	2.2
348	タワー	1.9
グループ2		
363	ウォータードロップ	1.8
401	ソードフィッシュ	2.1
グループ3		
311	キップ	1.6
227d	スワニータ スピン180°	1.9





#### 29.1.3.1 コンパルソリー

##### (a) 106 ストレートバレレグ

DD-1.6

上向き水平姿勢から、片脚をストレートに上げて、バレレグ姿勢になる。バレレグを下ろす。

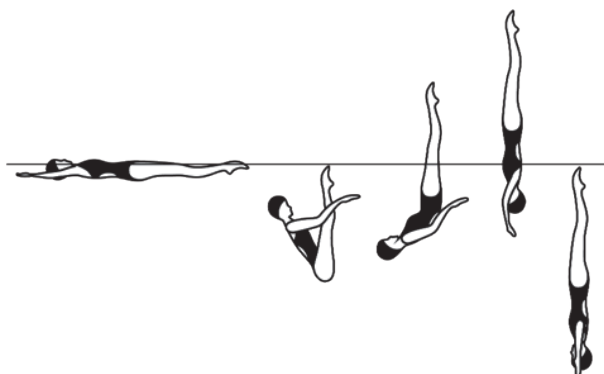






					Total
NVT=		18.5	11.0	10.5	40
PV =		4.63	2.75	2.63	10

##### (b) 301 バラクダ

DD-1.8

上向き水平姿勢から、身体を沈めるのと同時に、両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。スラストを行い、垂直姿勢になる。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。



				Total
NVT=	7.0	31.0	13.0	51
PV =	1.37	6.08	2.55	10

### 29.1.3.2 選択グループ







#### 29.1.3.2.1 グループ1

##### (c) 359 フロントアリアーナ

DD-2.2

下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いてスプリット姿勢になる。水面に両脚の位置を保ったまま、アリアーナローテーションを行う。ウォークアウトフロントを行う。

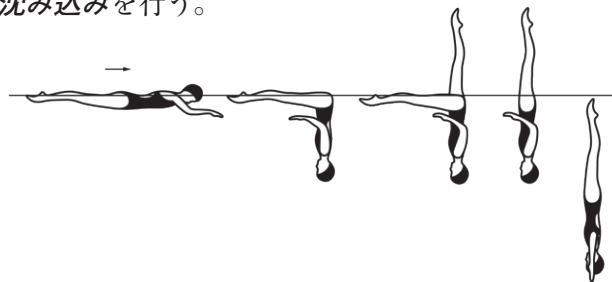







						Total
NVT=	6.0	20.0	17.0	23.0	7.0	73
PV =	0.82	2.74	2.33	3.15	0.96	10

##### (d) 348 タワー

DD-1.9

下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。



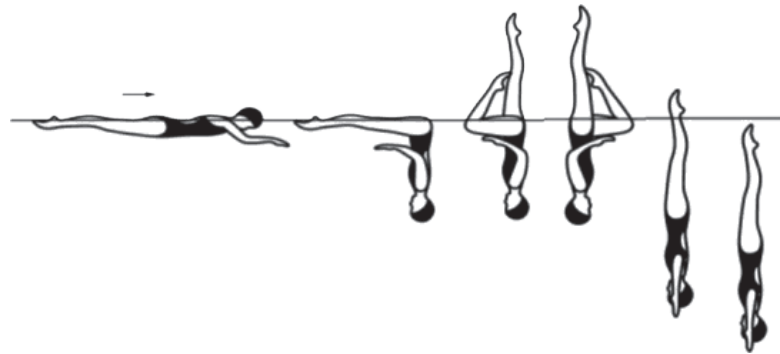
					Total
NVT=	6.0	14.5	20.5	14.0	55
PV =	1.09	2.64	3.73	2.55	10







29.1.3.2.2 グループ 2

(a) 363 ウォータードロップ

DD-1.8

下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。両脚を同時に持ち上げベントニー垂直姿勢になる。半回ツイストを行う。足首が水面に達するときに垂直姿勢になるように、曲げた脚を伸ばしながら同じ方向に180°スピニングを行う。垂直沈み込みを行う。

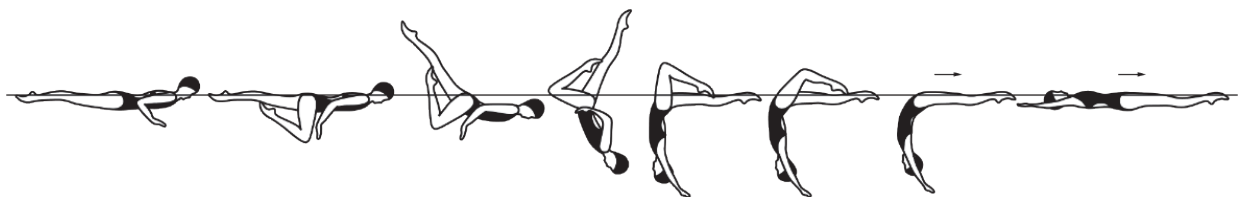







						Total
NVT=	6.0	15.0	15.0	13.0	0	49
PV =	1.22	3.06	3.06	2.65	0	10

(b) 401 ソードフィッシュ

DD-2.1

下向き水平姿勢から、ベントニー下向き水平姿勢になる。伸ばした脚を水上に180°の弧を描くように持ち上げるのと同時にさらに背を反らせ、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、サーフェスアーチ姿勢になる。続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。



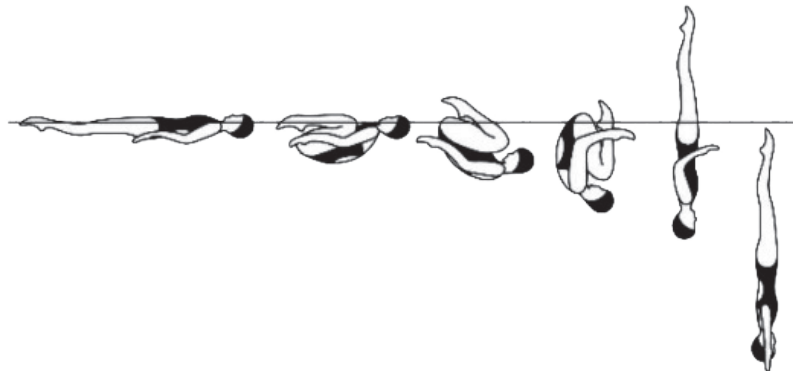
					Total
NVT=	4.0	47.0	11.5	7.0	69.5
PV =	0.58	6.76	1.65	1.01	10

29.1.3.2.3 グループ3

(a) 311 キップ

DD-1.6

上向き水平姿勢から、膝、すね、つま先を水面に沿って引き、タック姿勢になる。続けてさらに小さいタックとなり、すねが水面と垂直になるまで、サマソールバックタックの一部を行う。両脚を伸ばしながら胴体をアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の間で垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。

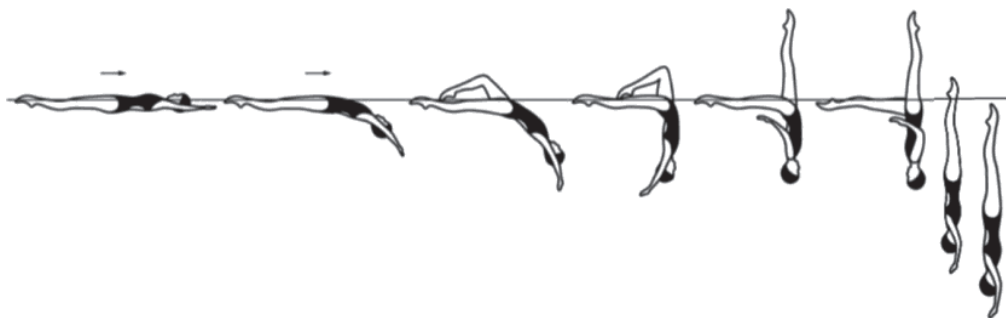


					Total
NVT=	3.0	2.0	23.0	14.0	42
PV =	0.71	0.48	5.48	3.33	10

(b) 227d スワニータ スピン180°

DD-1.9

上向き水平姿勢から、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、ナイト姿勢になる。身体を180°回転し、フィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向に、足首が水面に達するときに垂直姿勢が完了するよう、水平の脚を持ち上げながら、180°スピンを行う。垂直沈み込みを行う。



						Total
NVT=	17.5	14.0	14.0	12.5	0	58
PV =	3.02	2.41	2.41	2.16	0	10

### 29.1.4 ユースフィギュア／13-15歳フィギュア

グループ／ フィギュア番号	フィギュア名	難易度
セクションA		
グループ1		
307e	フライングフィッシュ スピン360°	2.9
437	サイクロン オープン180°	2.6
グループ2		
308h	バラクダエアボーンスプリット スピニアップ180°	2.9
407	ソードフィッシュストレートレッグ アリアーナローテーション	2.6
セクションB		
グループ3		
356f	ホイップ コンティニューアススピン720°	3.0
441	サターン	2.5
グループ4		
352	ヴィーナス	3.0
240i	アルバトロス スピニアップ360°	2.5
セクションC		
グループ5		
140j	フラミンゴベントニー コンバインドスピン360°+360°	3.1
421	ウォークオーバーバック クロージング360°	2.4
グループ6		
440d	イパネマ スピン180°	3.1
154f	ロンドン コンティニューアススピン720°	2.4




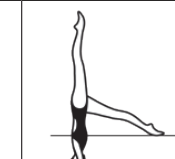

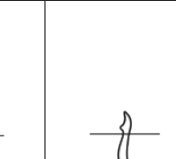

#### 29.1.4.1 セクションA

##### 29.1.4.1.1 グループ1

(a) 307e フライングフィッシュ スピン360°

DD-2.9

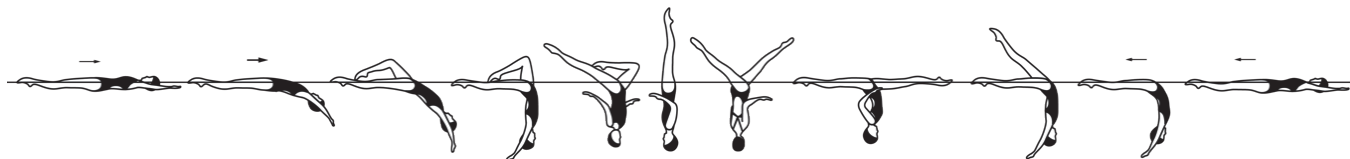
上向き水平姿勢から、身体を沈めると同時に、両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。垂直姿勢までスラストを行い、高さを保ったまま、片脚を素早くおろしてフィッシュテイル姿勢になる。間をあげずに、水平の脚を素早く持ち上げ垂直姿勢になる。スラストと同じテンポでスピン360°を行う。

							Total
NVT=	7.0	31.0	18.5	14.0	39.0	0	109.5
PV =	0.64	2.83	1.69	1.28	3.56	0	10

(b) 437 サイクロン オープン180°

DD-2.6

上向き水平姿勢から、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。トワールを行いながら両脚を同時に上げ、垂直姿勢になる。同じ方向に180°の回転をしながら両脚を均等に開き、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。



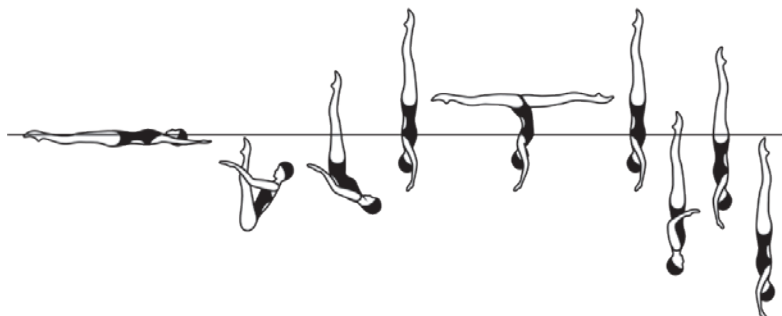
						Total
NVT=	17.5	29.0	20.0	23.0	7.0	96.5
PV =	1.81	3.01	2.07	2.38	0.73	10

29.1.4.1.2 グループ2

(a) 308 バラクダエアボーンスプリット スピンアップ180°

DD-2.9

上向き水平姿勢から、身体を沈めるのと同時に、両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。残りのすべての動作は素早く行う。ロケットスプリットを行い、足首が水面に達するまで垂直沈み込みを行う。スピンアップ180°を行い、垂直沈み込みを行う。








								Total
NVT=	7.0	31.0	17.0	13.0	13.0	20.0	13.0	114
PV =	0.61	2.72	1.49	1.14	1.14	1.75	1.14	10

(b) 407 ソードフィッシュストレートレッグ アリアーナローテーション

DD-2.6

下向き水平姿勢から、水上に180°の弧を描くように片脚を持ち上げるのと同時に背を反らせ、スプリット姿勢になる。水面に両脚の位置を保ったまま、アリアーナローテーションを行う。ウォークアウトフロントを行う。



					Total
NVT=	48.0	17.0	23.0	7.0	95
PV =	5.05	1.79	2.42	0.74	10

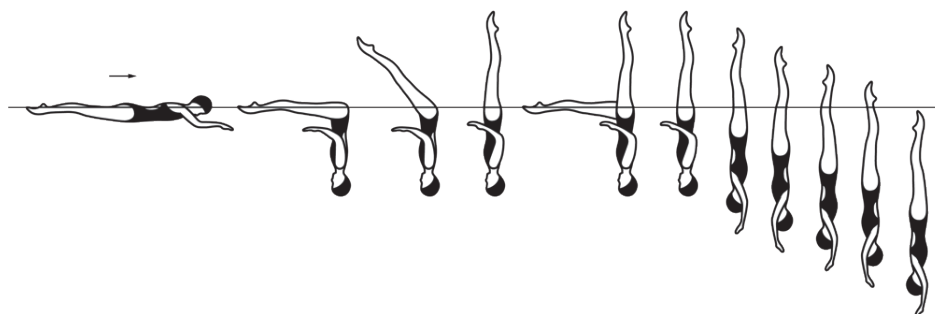
29.1.4.2 セクションB


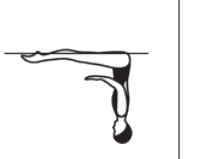
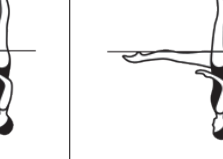
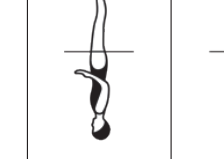
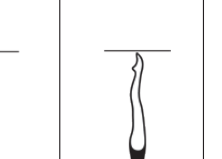
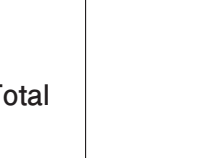
29.1.4.2.1 グループ3

(a) 356f ホイップコンティニューアス スピン720°

DD-3.0

下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。両脚を持ち上げ、垂直姿勢になる。残りのすべての動作は素早く行う。片脚を下ろしてフィッシュテイル姿勢になるやいなや、水平の脚を持ち上げ、垂直姿勢になる。間をあげずにコンティニューアスピン720°(2回転)を行う。

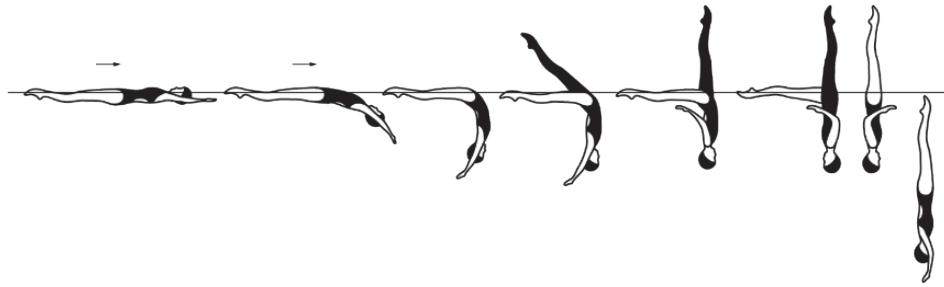


							Total
NVT=	6.0	33.0	22.5	20.5	34.0	0	116
PV =	0.52	2.84	1.94	1.77	2.93	0	10

(b) 441 サターン

DD-2.5

上向き水平姿勢から、サーフェスアーチ姿勢になる。片脚を持ち上げ、ナイト姿勢になる。身体の垂直線を保ったまま身体を180°回転し、フィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向に、水平の脚を上げながらトワールを行い、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。



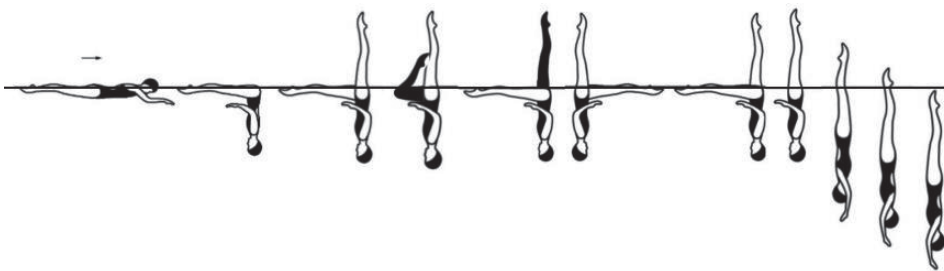
						Total
NVT=	12.0	23.5	14.0	23.5	14.0	87
PV =	1.38	2.70	1.61	2.70	1.61	10

29.1.4.2.1 グループ4

(a) 352 ヴィーナス

DD-3.0

下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。残りのすべての動作は素早く行う。片脚を上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を曲げ、ベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を垂直に伸ばしながら、垂直の脚はフィッシュテイル姿勢の水平の脚になるように下ろす。フィッシュテイル姿勢で360°の回転を行う。水平の脚を上げ、垂直姿勢になる。360°スピンを行う。

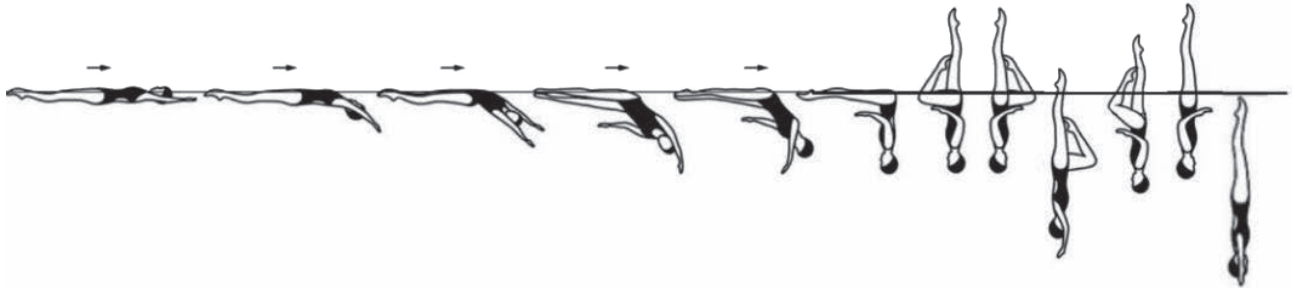


										Total
NVT=	6.0	12.5	12.5	18.5	24.0	20.5	23.0	0	0	117
PV =	0.51	1.07	1.07	1.58	2.05	1.75	1.97	0	0	10

(b) 240i アルバトロス スピンアップ360°

DD-2.5

上向き水平姿勢から、頭を先頭に、頭、腰、足先が水面に沿って移動する。腰、脚、足先は、続けて水面に沿って移動し、身体を回転しながら顔の上まで引き込み、腰が、はじめ頭のあった位置まで移動しながら、フロントパイク姿勢になる。両脚を同時に持ち上げ、ベントニー垂直姿勢になる。半回ツイストを行う。ベントニー垂直姿勢を保ったまま、伸ばした脚の足首が水面に達するまで垂直沈み込みを行い、曲げた脚を伸ばしながら、スピンアップ360°を行い垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。



								Total
NVT=	15.0	15.0	15.0	10.0	18.5	14.0		87.5
PV =	1.71	1.71	1.71	1.14	2.11	1.60		10

29.1.4.3 セクションC

29.1.4.3.1 グループ5

(a) 140j フラミンゴベントニー コンバインドスピン360°+360°

DD-3.1

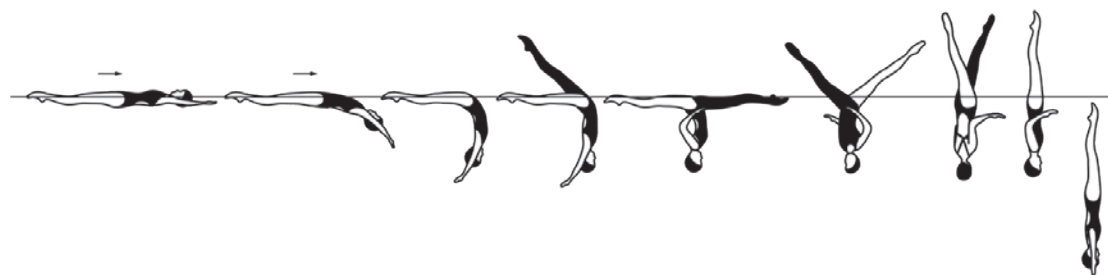
バレレッグを上げる。水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。バレレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚を動かし腰を持ち上げ、ベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、垂直姿勢になる。素早いコンバインドスピン(360°+360°)を行い、続けて素早い垂直沈み込みを行う。

								Total
NVT=	10.5	11.0	7.5	20.0	16.5	40.0	14.0	119.5
PV =	0.88	0.92	0.63	1.67	1.38	3.35	1.17	10

(b) 421 ウォークオーバーバック クロージング 360°

DD-2.4

上向き水平姿勢から、サーフェスアーチ姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いてスプリット姿勢になる。続けて360°の回転をする間に、両脚を均等に持ち上げて閉じ、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。



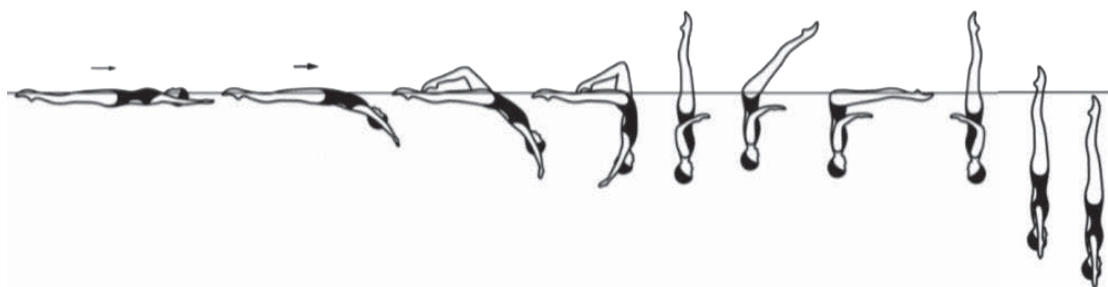
					Total
NVT=	12.0	29.0	27.0	14.0	82
PV =	1.46	3.54	3.29	1.71	10

29.1.4.3.2 グループ 6

(a) 440d イパネマ スピン 180°

DD-3.1

上向き水平姿勢から、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。曲げた脚を伸ばしながら、水平の脚を同時に上げ、垂直姿勢になる。両脚を下ろし、フロントパイク姿勢になる。両脚を持ち上げながら素早く180°回転し、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、素早い180°スピンを行う。









							Total
NVT=	17.5	21.0	33.0	33.0	16.0	0	120.5
PV =	1.42	1.70	2.67	2.67	1.54	0	10

(b) 154f ロンドン コンティニュアススピン720°

DD-2.4

バレレッグを上げる。続けてすねが水面と垂直になるまで両脚をタックポジションに引き、サマソールバックタックの一部を行う。両脚を素早く伸ばすと同時に胴体を素早くアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の間に垂直姿勢になる。コンティニュアススピン720°を行う。

						Total
NVT=	10.5	11.0	6.0	20.0	34.0	81.5
PV =	1.29	1.35	0.74	2.45	4.17	10

29.2 附則2 テクニカルルーティン  
 テクニカルリクワイヤドエレメント

ソロエレメント	エレメント名	DD
1a	スラスト コンティニューアススピン720°	2.7
1b	スラスト スピン360°	2.1
2a	コンバインドスピン1080°→コンティニューアススピン1080°	3.0
2b	コンバインドスピン720°→コンティニューアススピン1080°	2.7
3	ソードフィッシュストレートレッグ→ナイト	3.2
4a	フィッシュテイル半回ツイスト→コンティニューアススピン720°	2.9
4b	フィッシュテイル→コンティニューアススピン720°	2.6
5a	ロケットスプリット ベントニージョイント360°	2.4
5b	ロケットスプリット ベントニー	2.1

デュエットエレメント	エレメント名	DD
1a	ウォークオーバーバック クロージング360°→コンティニューアススピン1080°	3.0
1b	ウォークオーバーバック クロージング180°→コンティニューアススピン720°	2.5
2a	ロケットスプリット アルタネイト→スピン180°	2.8
2b	ロケットスプリット→スピン180°	2.4
3	バレレグ姿勢→フラミンゴベントニー ロールバック→垂直姿勢→半回ツイスト→360°オープンでスプリットに→ウォークアウト	3.1
4a	フィッシュテイル→ナイト→コンティニューアススピン1080°	3.2
4b	フィッシュテイル→ナイト→コンティニューアススピン720°	2.7
5a	スラスト ベントニートワール スピン360°	2.3
5b	スラスト ベントニートワール	2.1

ミックスデュエットエレメント	エレメント名	DD
1a	ロケットスプリット トワール スピン180°	2.7
1b	ロケットスプリット トワール	2.5
2a	フロントパイク→垂直360°回転→ベントニーまで1回ツイスト→コンティニューアススピン720°	2.4
2b	フロントパイク→垂直180°回転→ベントニーまで半回ツイスト→コンティニューアススピン720°	2.2
3	マンタレイ 半回ツイスト	3.0

チームエレメント	エレメント名	DD
1a	フライングフィッシュ ハイブリッド スピン180°	2.5
1b	フライングフィッシュ ハイブリッド	2.3
2a	垂直姿勢→1回ツイストでベントニーへ→1回ツイストで垂直姿勢へ→180°オープン→ウォークアウト	2.6
2b	垂直姿勢→半回ツイストでベントニーへ→半回ツイストで垂直姿勢へ→スプリット→ウォークアウト	2.3
3a	2回のフェッターローテーション→垂直姿勢→コンティニューアススピン720°	2.6
3b	2回のフェッターローテーション→垂直姿勢→スピン360°	2.3
4	バタフライ ハイブリッド	2.9
5a	ロケットスプリット ベントニートワール ハイブリッド	2.4
5b	ロケットスプリット ベントニー ハイブリッド	2.1

### 29.2.1 一般要件

オリンピック競技大会、オリンピック競技大会予選、World Aquatics ワールドカップ、World Aquatics シニア・ジュニア世界選手権大会、その他 World Aquatics が指定する競技会では、リクワイヤドエレメントが用いられる。

- 1) 解説に特に指定されていない場合、すべてのリクワイヤドエレメントは、World Aquatics AS ジャッジ・コーチ・レフリーマニュアルに記載された要件に従って実施すること。
- 2) 1人または2人以上の競技者がエレメントの全部または一部を省略した場合、またはエレメントにおいて誤った動作を行った場合、誤った動作または省略された動作に関するペナルティについては2022-2025 World Aquatics ハンドブックを参照すること。
- 3) リクワイヤドエレメント1-5 (ソロ、デュエット、チーム)、または1-3 (ミックスデュエット) は、どの順序で実施してもよい。
- 4) リクワイヤドエレメント1-5 (ソロ、デュエット、チーム)、または1-3 (ミックスデュエット) 選択された各エレメントの要素および DD (難易度)、選択した実施順をテクニカルルーティンのコーチカードに申告し、提出すること。このフォームは、競技会/イベント前に提出する。
- 5) 追加のハイブリッドと、選択した各ハイブリッドの DD (難易度)、および実施順は、テクニカルルーティンのコーチカードに申告し、提出すること。このフォームは、競技会/イベント前に提出する。
- 6) チームおよび女子デュエット：陸上動作、入水、円を形成するときと終了するとき (チーム)、カデンスアクション (チーム)、およびアクロバティック動作を除き、テクニカルリクワイヤドエレメント、フリーハイブリッド、トランジションは、デュエットまたはチームのすべての競技者が同時に、同じ方向を向いて行う。
- 7) ミックスデュエット：テクニカルリクワイヤドエレメントのみ、同時に、同じ方向を向いて行わなければならない。陸上動作と入水、フリーハイブリッド、リクワイヤドハイブリッド、テクニカルリクワイヤドエレメントの開始または終了、トランジション、およびペアアクロバティックにはこれらの制限はなく、自由に (同時でなく、異なる方向を向いて) 行うことができる。
- 8) リクワイヤドエレメント1-5 (ソロ、デュエット、チーム)、または1-3 (ミックスデュエット) の直前と直後 (呼吸と呼吸の間) に、追加の動きを加えることができる。これらの動作は、追加のディフィカルティを加えるものではなく、また追加のハイブリッドとみなされることもない。
- 9) 制限時間 - [14] を参照。
- 10) すべてのテクニカルルーティンに推奨される：  
評価を明確にするため、リクワイヤドエレメント1-5 (ソロ、デュエット、チーム)、または1-3 (ミックスデュエット) はエレメント以外の動作を入れることによって、連続して行わないよう強く推奨する。

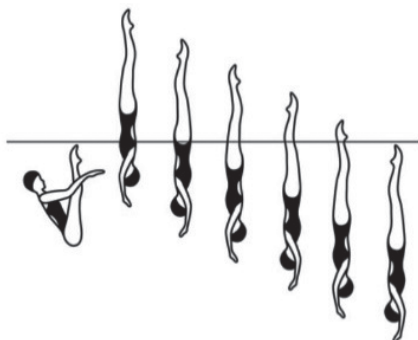
### 29.2.2 ソロリクワイヤドエレメント

#### エレメント1

#### 1A-スラスト コンティニューアススピン720°

DD-2.7

両脚が水面に垂直な水中バックピイク姿勢から、スラスト コンティニューアススピン720°（2回転）を行う。



			Total
NVT=	31.0	67.0	
PV =	3.16	6.84	10

#### 1B-スラスト スピン360°

DD-2.1

両脚が水面に垂直な水中バックピイク姿勢から、スラスト スピン360°（1回転）を行う。



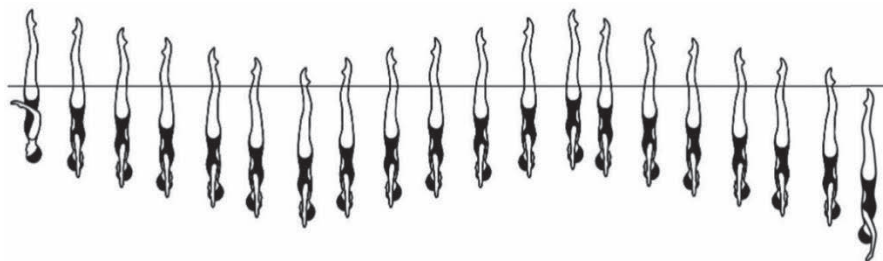
				Total
NVT=	31.0	39.0	0	
PV =	4.43	5.57	0	10





エレメント2

2A-コンバインドスピン1080° → コンティニューアススピン1080°

DD-3.0

垂直姿勢から、コンバインドスピン1080°(3回転+3回転)を行う。続けて同じ方向に、間をあげずに、コンティニューアススピン1080°(3回転)を行う。

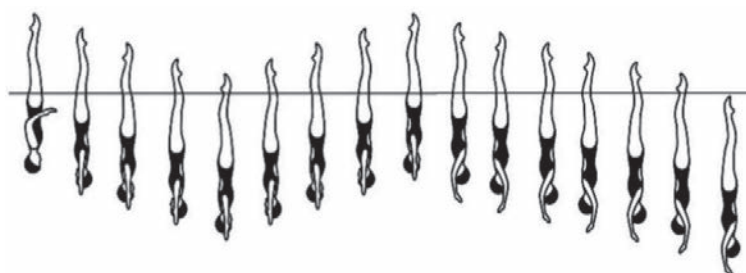






				Total
NVT=	69.0	49.0	118	
PV =	5.85	4.15	10	

2B-コンバインドスピン720° → コンティニューアススピン1080°

DD-2.7

垂直姿勢から、コンバインドスピン720°(2回転+2回転)を行う。続けて同じ方向に、間をあげずに、コンティニューアススピン1080°(3回転)を行う。



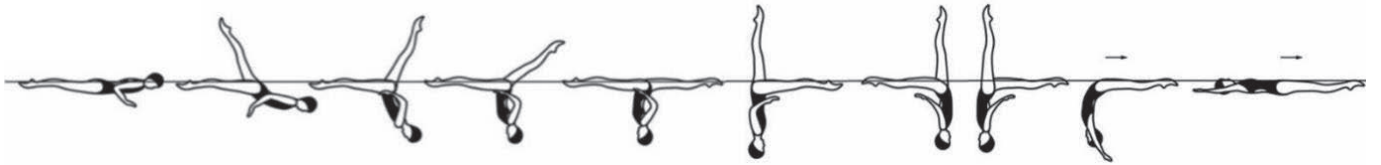
				Total
NVT=	50.0	49.0	99	
PV =	5.05	4.95	10	

エレメント3

3-ソードフィッシュストレートレッグ → ナイト

DD-3.2

下向き水平姿勢から、水上に180°の弧を描くように片脚を持ち上げるのと同時に背を反らせ、スプリット姿勢になる。前脚を素早く上げながら、腰を180°回転し、フィッシュテイル姿勢になる。身体の垂直線を保ったまま、徐々にスピードを増しながら、水平の脚を水面に180°の弧を描いて回し、ナイト姿勢になり、この姿勢を保ったまま、続けて同じ方向にさらに180°回転する。垂直の脚を下ろしサーフェスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。



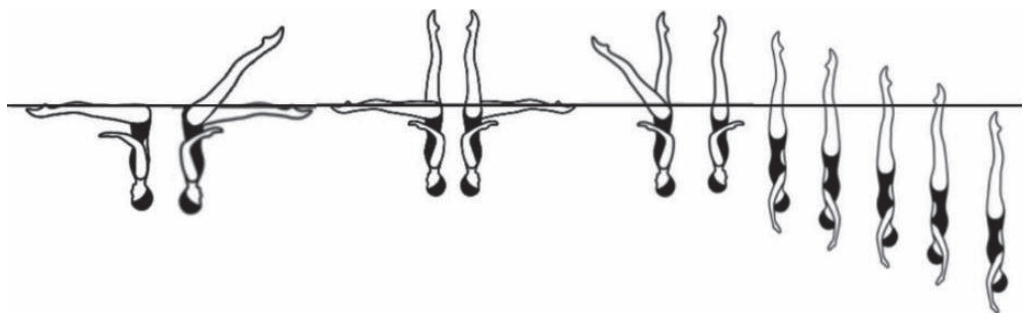
							Total
NVT=	43.0	16.5	21.0	24.0	18.5	7.0	130
PV =	3.31	1.27	1.62	1.85	1.42	0.54	10

エレメント4

4A-フィッシュテイル半回ツイスト → コンティニューアスピン720°

DD-2.9

フロントパイク姿勢から、片脚を持ち上げながら360°の回転を行い、フィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向に、フィッシュテイル姿勢で半回ツイストを行う。続けて同じ方向に、水平の脚を持ち上げながら、さらに360°の回転を行い、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアスピン720°（2回転）を行う。

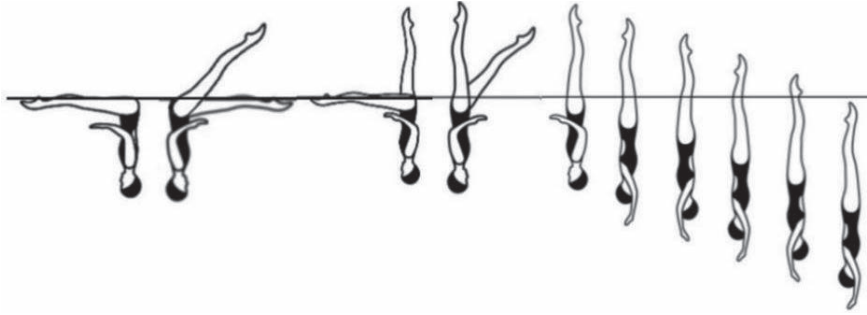


					Total
NVT=	32.0	17.0	26.5	34.0	109.5
PV =	2.92	1.55	2.42	3.11	10

4B-フィッシュテイル → コンティニューアススピン720°

DD-2.6

フロントパイク姿勢から、片脚を持ち上げながら360°の回転を行い、フィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向に、水平の脚を持ち上げながら、さらに360°の回転を行い、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアススピン720°（2回転）を行う。



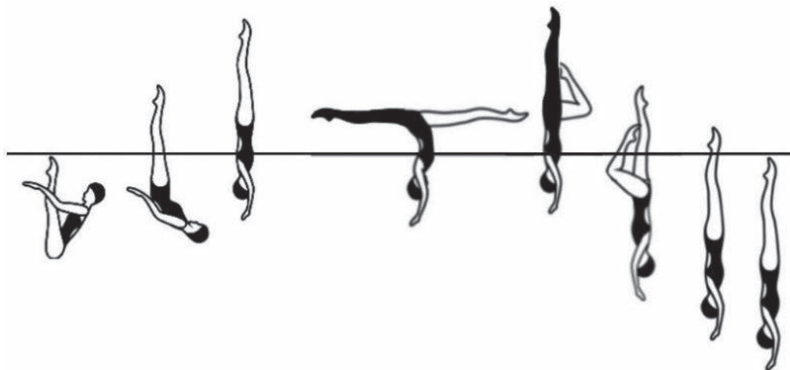
				Total
NVT=	32.0	26.5	34.0	92.5
PV =	3.46	2.86	3.68	10

エレメント5

5A-ロケットスプリット ベントニージョイント360°

DD-2.4

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。後ろ脚を素早く持ち上げながら、前脚を曲げてベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばし、足首が水面に達するときに垂直姿勢になるように、素早い360°スピンを行う。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。

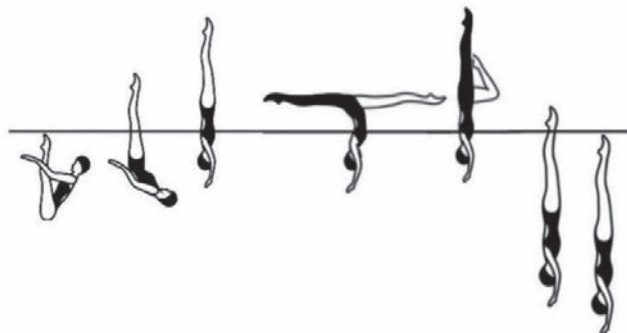


						Total
NVT=	31.0	17.0	13.0	24.0	0	85.0
PV =	3.65	2.00	1.53	2.82	0	10

5B-ロケットスプリット ベントニー

DD-2.1

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。後ろ脚を素早く持ち上げながら、前脚を曲げてベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばし、足首が水面に達するときに垂直姿勢になり、スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。



						Total
NVT=	31.0	17.0	13.0	9.0	0	
PV =	4.43	2.43	1.86	1.29	0	10

ソロテクニカルルーティン追加要件

6-さらに1つのハイブリッドを行わなければならない。これはルーティンのどこに配置してもよい。

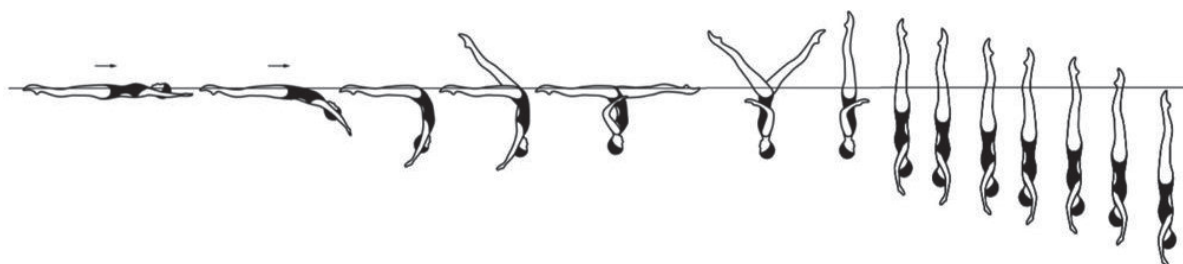
29.2.3 デュエット リクワイヤド エレメント

エレメント1

1A-ウォークオーバーバック クロージング360° → コンティニューアススピン1080°

DD-3.0

上向水平姿勢からサーフェスアーチ姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いてスプリット姿勢になる。360°の回転をする間に、両脚を均等に閉じ、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアススピン1080°(3回転)を行う。

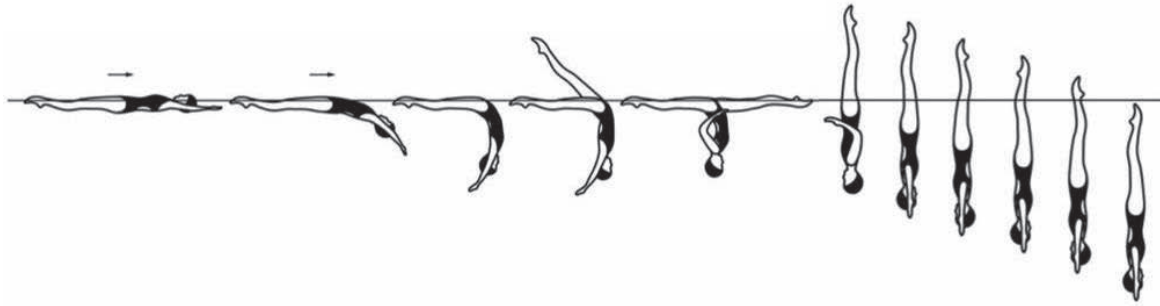


					Total
NVT=	12.0	29.0	27.0	49.0	
PV =	1.03	2.48	2.31	4.19	10

1B-ウォークオーバーバック クロージング180° → コンティニューアスピン720°

DD-2.5

上向水平姿勢からサーフェスアーチ姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いてスプリット姿勢になる。180°の回転をする間に、両脚を均等に閉じ、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアスピン720°（2回転）を行う。



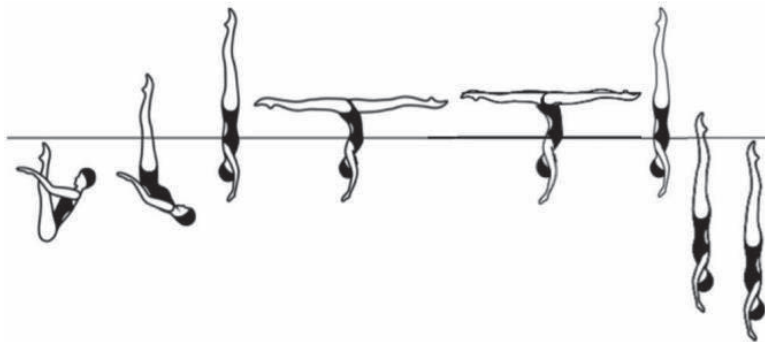
					Total
NVT=	12.0	29.0	17.0	34.0	92
PV =	1.03	3.15	1.85	3.70	10

エレメント2

2A-ロケットスプリット アルタネイト → スピン180°

DD-2.8

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢2回アルタネイト（交互開脚）を行う。両脚を素早く閉じ、垂直姿勢になる。素早い180°スピンを行う。

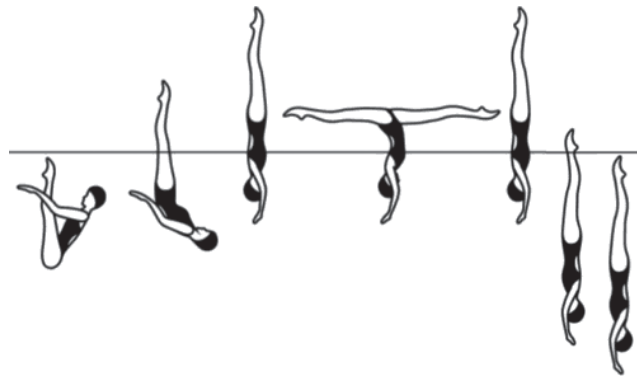


							Total
NVT=	31.0	17.0	22.0	13.0	24.0	0	107
PV =	2.90	1.59	2.06	1.21	2.24	0	10

2B-ロケットスプリット → スピン180°

DD-2.4

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。両脚を素早く閉じ、垂直姿勢になる。素早い180°スピンをを行う。



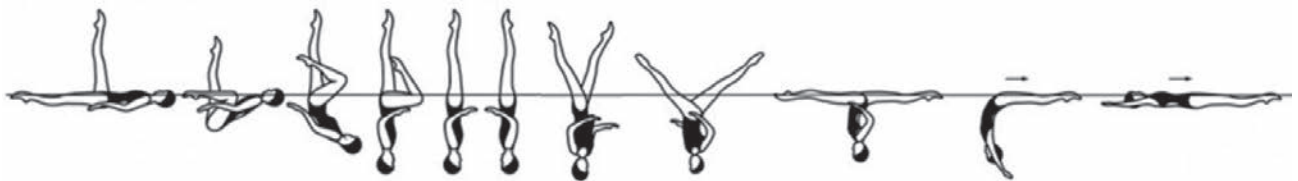
						Total
NVT=	31.0	17.0	13.0	24.0	0	85
PV =	3.65	2.00	1.53	2.82	0	10

エレメント 3

3-バレレッグ姿勢 → フラミンゴベントニー ロールバック → 垂直姿勢 → 半回ツイスト  
→ 360°オープンでスプリットに → ウォークアウト

DD-3.1

水上バレレッグ姿勢から、水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。バレレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚を動かし腰を持ち上げ、ベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、垂直姿勢になる。半回ツイストを行う。続けて同じ方向に、間をあげずに、さらに360°の回転をしながら、両脚を均等に開いてスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。



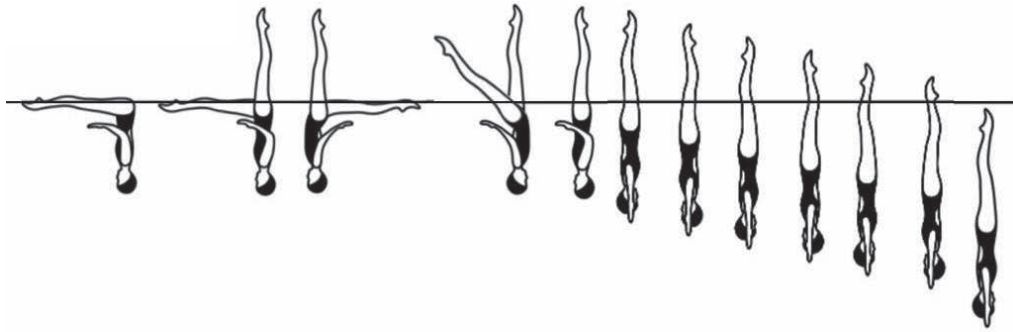
								Total
NVT=	7.5	20.0	16.5	21.0	26.0	23.0	7.0	121
PV =	0.62	1.65	1.36	1.74	2.15	1.90	0.58	10

エレメント4

4A-フィッシュテイル → ナイト → コンティニューアスピン1080°

DD-3.2

フロントパイク姿勢から、片脚を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を素早く持ち上げ、180°の弧を描いてナイト姿勢になる。水平の脚を持ち上げながら素早い1回ツイストを行い、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアスピン1080°（3回転）を行う。

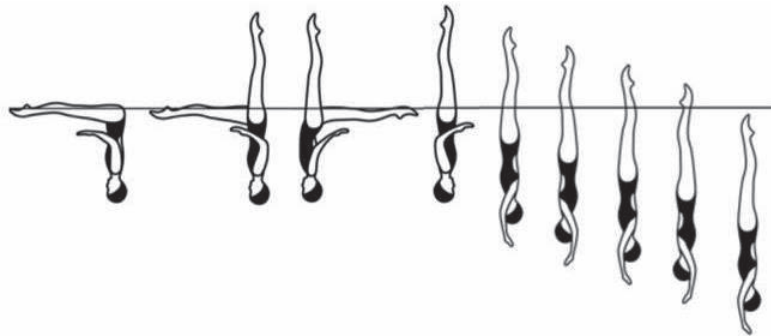


					Total
NVT=	14.5	26.0	36.0	49.0	125.5
PV =	1.16	2.07	2.87	3.90	10

4B-フィッシュテイル → ナイト → コンティニューアスピン720°

DD-2.7

フロントパイク姿勢から、片脚を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を素早く持ち上げ、180°の弧を描いてナイト姿勢になる。水平の脚を持ち上げながら素早い半回ツイストを行い、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、コンティニューアスピン720°（2回転）を行う。



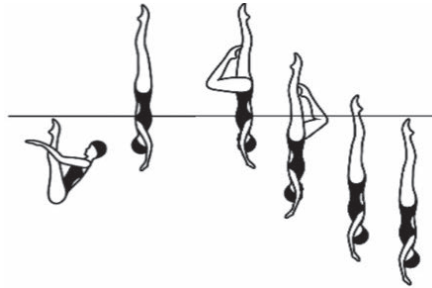
					Total
NVT=	14.5	26.0	28.5	34.0	103
PV =	1.41	2.52	2.77	3.30	10

エレメント5

5A-スラスト ベントニートワール スピン360°

DD-2.3

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。片脚を下ろしながらトワールを行い、ベントニー垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、間をあげずに、曲げた膝を伸ばして垂直の脚に合わせながら、足首が水面に達するときに垂直姿勢が完了するよう、素早い360°スピンを行う。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。

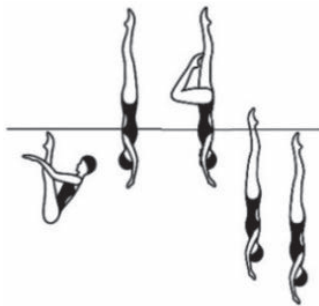


					Total
NVT=	31.0	26.0	24.0	0	81
PV =	3.83	3.21	2.96	0	10

5B-スラスト ベントニートワール

DD-2.1

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。片脚を下ろしながらトワールを行い、ベントニー垂直姿勢になる。間をあげずに、曲げた膝を伸ばして垂直の脚に合わせながら、足首が水面に達するときに垂直姿勢が完了するよう、垂直沈み込みを行う。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。



					Total
NVT=	31.0	26.0	9.0	0	66
PV =	4.70	3.94	1.36	0	10

女子デュエットテクニカルルーティン追加要件

6- さらに1つのハイブリッドを行わなければならない。これはルーティンのどこに配置してもよい。

7- 1つのペアアクロバティックを行わなければならない。これはルーティンのどこに配置してもよい。

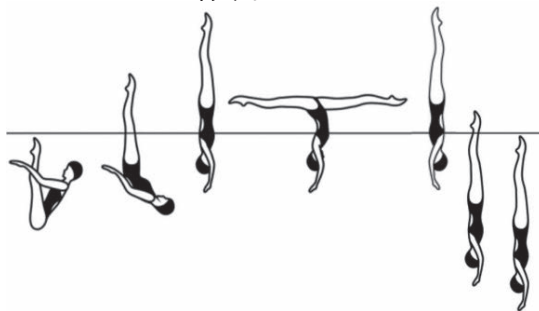
## 29.2.4 ミックスデュエット リクワイヤドエレメント

### エレメント1

#### 1A-ロケットスプリット トワール スピン180°

DD-2.7

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。両脚を均等に閉じながらトワールを行い、垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、素早い180°スピンを行う。

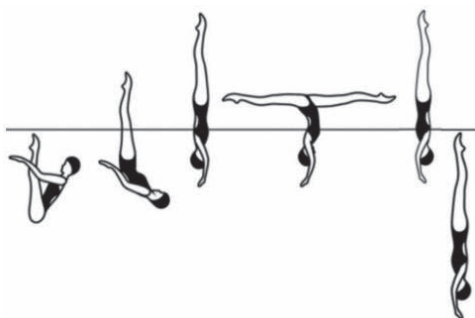


						Total
NVT=	31.0	17.0	30.0	24.0	0	102
PV =	3.04	1.67	2.94	2.35	0	10

#### 1B-ロケットスプリット トワール

DD-2.5

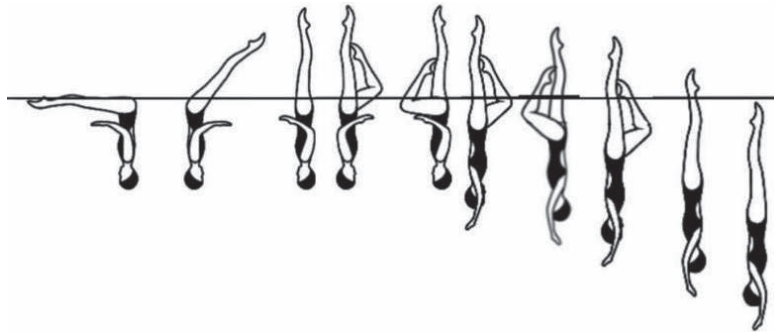
両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。両脚を均等に閉じながらトワールを行い、垂直姿勢になる。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。








					Total
NVT=	31.0	17.0	30.0	13.0	91
PV =	3.41	1.87	3.30	1.43	10

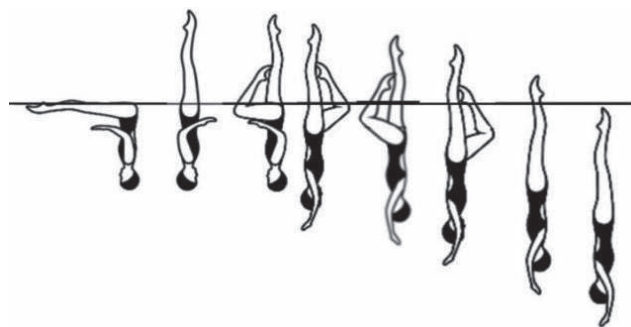
エレメント2






2A-フロントパイク → 垂直360°回転 → ベントニーまで1回ツイスト → コンティニューアススピン720° DD-2.4  
 フロントパイク姿勢から360°回転しながら両脚を持ち上げ、**垂直姿勢**になる。続けて同じ方向に、片脚を下ろしながら**1回ツイスト**を行い、**ベントニー垂直姿勢**になる。さらに同じ方向に、曲げた膝を伸ばして垂直の脚に合わせながら足首が水面に達するときに**垂直姿勢**が完了するよう、**コンティニューアススピン720°**（2回転）を行う。水面下に沈み込むまで、回転を続ける。



					Total
NVT=	37.0	24.5	24.0	0	85.5
PV =	4.33	2.87	2.81	0	10

2B-フロントパイク → 垂直180°回転 → ベントニーまで半回ツイスト → コンティニューアススピン720° DD-2.2  
 フロントパイク姿勢から180°回転しながら両脚を持ち上げ、**垂直姿勢**になる。続けて同じ方向に、片脚を下ろしながら**半回ツイスト**を行い、**ベントニー垂直姿勢**になる。さらに同じ方向に、曲げた膝を伸ばして垂直の脚に合わせながら足首が水面に達するときに**垂直姿勢**が完了するよう、**コンティニューアススピン720°**（2回転）を行う。水面下に沈み込むまで、回転を続ける。



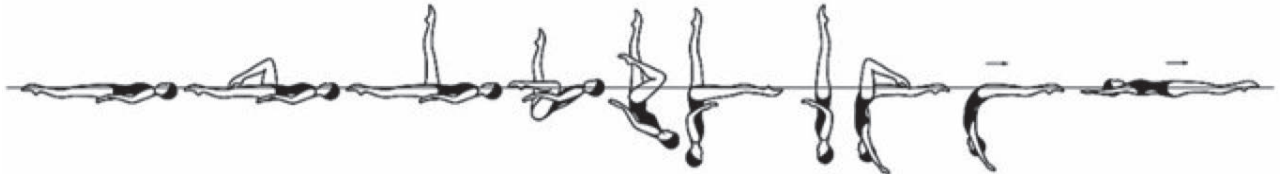
					Total
NVT=	33.0	17.5	24.0	0	74.5
PV =	4.43	2.35	3.22	0	10

エレメント3

3-マンタレイ半回ツイスト

DD-3.0

上向き水平姿勢から始め、頭の方に移動しながら、バレーレッグを上げて水平の足のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。バレーレッグの足を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に腰を持ち上げ、曲げた脚の膝を水面に保ちながら伸ばし、フィッシュテイル姿勢になる。水平の足を上げ垂直姿勢になりながら身体を180°回転させる。180°回転は水平の足を外側に閉じる方向に回転する。(注：右脚フラミンゴの場合は左肩を後ろに180°回転し、左フラミンゴで始めたら右肩を後ろに180°回転する。)両脚を同時に素早く下ろしてベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。(注：ベントニーサーフェスアーチ姿勢は左右どちらの脚でもよい。)曲げた膝を伸ばしサーフェスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢になる。



									Total
NVT=	10.5	11.0	7.5	22.5	23.5	21.0	11.5	7.0	114.5
PV =	0.92	0.96	0.66	1.97	2.05	1.83	1.00	0.61	10

ミックスデュエットテクニカルルーティン追加要件

- 4- 1つのフリーハイブリッド
- 5- 1つのみのスラストファミリーの申告および2つの異なるコネクションファミリーの申告を含む1つのリクワイヤードハイブリッド
- 6- 2つの自由選択のペアアクロバティック。同一のアクロバティックを繰り返してはならない。
- 7- 3つの、1m以上の移動または180°以上の回転を伴う、持続した水面コネクション (“SuCon”)

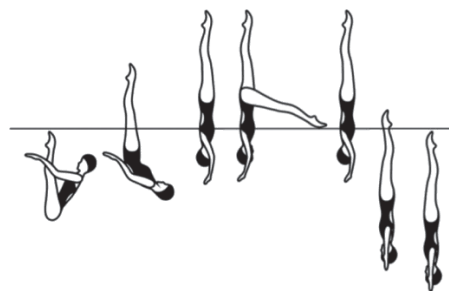
29.2.5 チームリクワイヤードエレメント

エレメント1

1A-フライングフィッシュ ハイブリッド スピン180°

DD-2.5

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、高さを保ったまま、片脚を素早く下ろし、エアボーンフィッシュテイル姿勢になる。間をあげずに、水平の足を素早く上げて垂直姿勢になる。素早い180°スピンを行う。

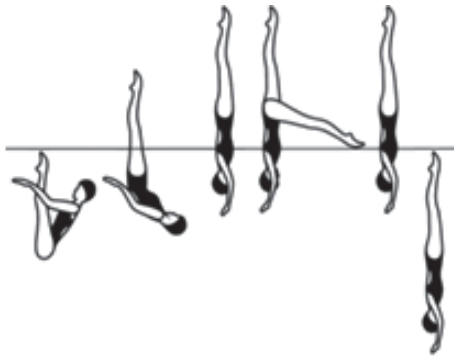


						Total
NVT=	31.0	18.5	14.0	24.0	0	87.5
PV =	3.54	2.11	1.60	2.74	0	10

1B-フライングフィッシュ ハイブリッド

DD-2.3

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、高さを保ったまま、片脚を素早く下ろし、エアボーンフィッシュテイル姿勢になる。間をあげずに、水平の脚を素早く上げて垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。



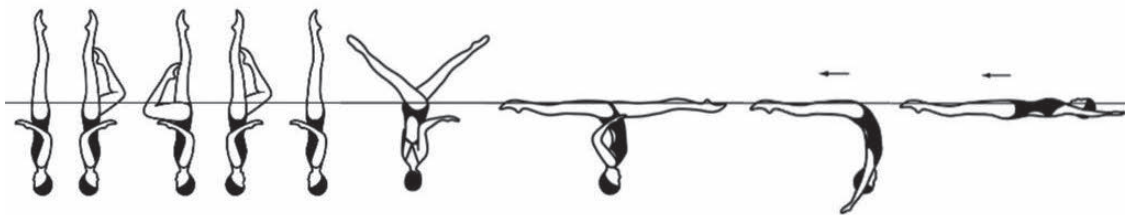
						Total
NVT=	31.0	18.5	14.0	13.0	76.5	
PV =	4.05	2.42	1.83	1.70	10	

エレメント2

2A-垂直姿勢 → 1回ツイストでベントニーへ → 1回ツイストで垂直姿勢へ → 180°オープン  
→ ウォークアウト

DD-2.6

垂直姿勢から開始し、片脚を下ろしながら1回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。同じ方向に、曲げた膝を伸ばして垂直姿勢になりながら、さらに1回ツイストを行う。続けて同じ方向に、両脚を均等に下ろし、スプリット姿勢になりながら半回ツイストを行う。ウォークアウトフロントを行う。

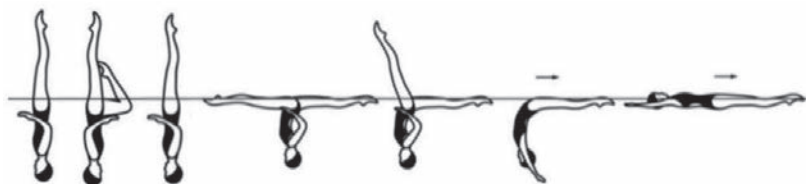


							Total
NVT=	24.5	22.0	20.0	23.0	7.0	96.5	
PV =	2.54	2.28	2.07	2.38	0.73	10	

2B-垂直姿勢 → 半回ツイストでベントニーへ → 半回ツイストで垂直姿勢へ → スプリット  
 → ウォークアウト

DD-2.3

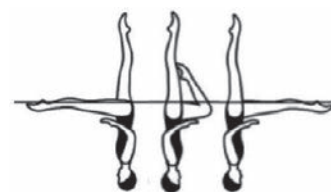
垂直姿勢から開始し、片脚を下ろしながら半回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。同じ方向に、曲げた膝を伸ばして垂直姿勢になりながら、さらに同じ方向に半回ツイストを行う。両脚を均等に下ろし、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。



						Total
NVT=	17.5	16.5	17.0	23.0	7.0	81
PV =	2.16	2.04	2.10	2.84	0.86	10

フエッテローテーション (新基本動作)

フィッシュテイル姿勢から、水平の脚が垂直の脚に向かう方向へ素早く180°回転しながら、水平の脚を曲げ、ベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を素早く伸ばし、フィッシュテイル姿勢になる。

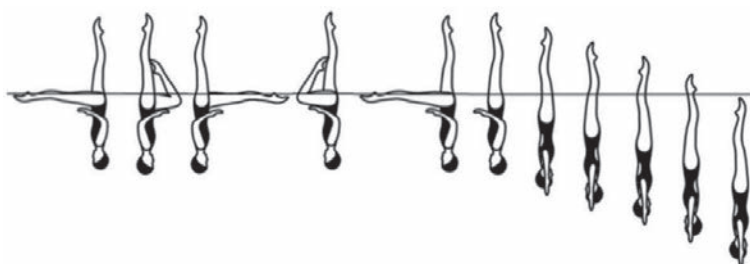


エレメント3

3A- 2回のフエッテローテーション → 垂直姿勢 → コンティニューアスピン720°

DD-2.6

フィッシュテイル姿勢からフエッテローテーションを2回(180° + 180°) 行う。水平の脚を素早く持ち上げ、垂直姿勢になる。同じ方向に、コンティニューアスピン720° (2回転)を行う。

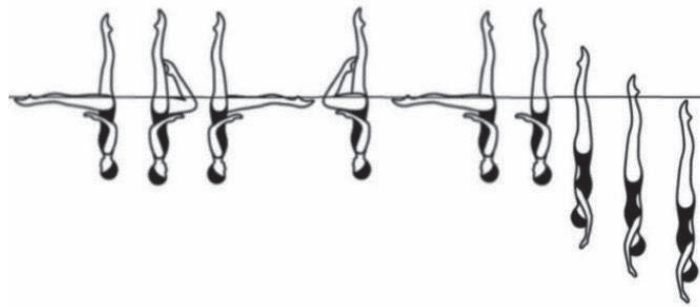


					Total
NVT=	19.0	19.0	20.5	34.0	92.5
PV =	2.05	2.05	2.22	3.68	10

3B- 2回のフエッテローテーション → 垂直姿勢 → スピン360°

DD-2.3

フィッシュテイル姿勢からフエッテローテーションを2回(180° + 180°) 行う。水平の脚を素早く持ち上げ、垂直姿勢になる。同じ方向に、素早い360°スピン(1回転)を行う。



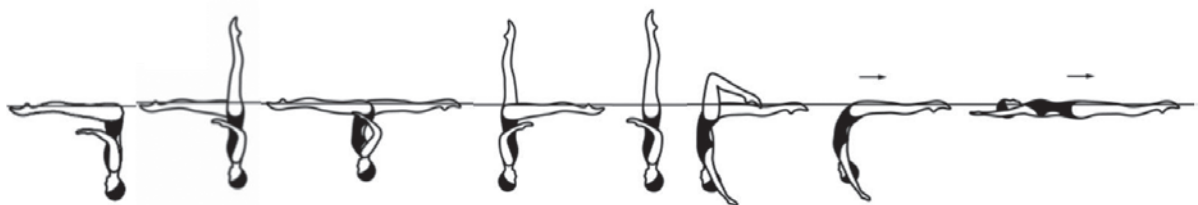
					Total
NVT=	19.0	19.0	20.5	19.0	77.5
PV =	2.45	2.45	2.65	2.45	10

エレメント4

4-バタフライ ハイブリッド

DD-2.9

バタフライハイブリッドは素早く行う。フロントピイク姿勢から片脚を上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を180°の弧を描くように素早く持ち上げると同時に、垂直の脚を下ろしてスプリット姿勢になるやいなや、前脚を上げながら腰を180°回転し、フィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向に180°回転しながら水平の脚を上げ、垂直姿勢になる。両脚を同時に下ろしながらベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。(注：ベントニーサーフェスアーチ姿勢のベントニーはどちらの脚でもよい)。曲げた膝を伸ばし、サーフェスアーチ姿勢になり、連続した動きでアーチから上向き水平姿勢になる。



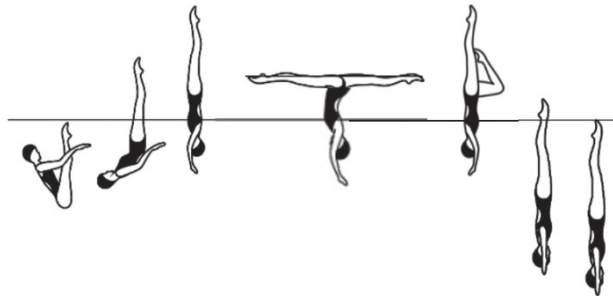
							Total	
NVT=	14.5	20.0	16.5	23.5	21.0	11.5	7.0	114
PV =	1.27	1.75	1.45	2.06	1.84	1.01	0.61	10

エレメント5

5A-ロケットスプリット ベントニートワール ハイブリッド

DD-2.4

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。最高位を保ったまま、素早く脚を開いてエアボーンスプリット姿勢になり、続けて素早い180°回転を行いながら前脚を曲げ、エアボーンベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばして垂直の脚に揃えながら、足首が水面に達するときに両脚が揃うよう、素早い垂直沈み込みを行う。

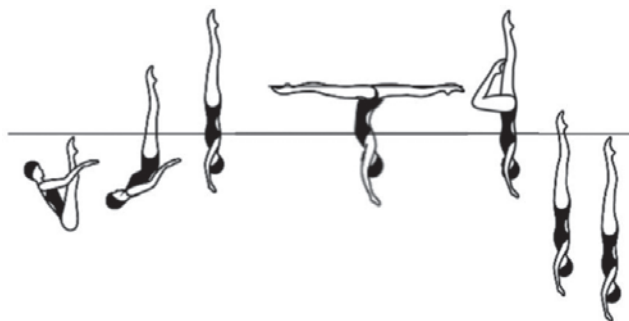


						Total
NVT=	31.0	17.0	25.0	9.0	0	82
PV =	3.78	2.07	3.05	1.10	0	10

5B-ロケットスプリット ベントニー ハイブリッド

DD-2.1

両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。最高位を保ったまま、素早く脚を開いてエアボーンスプリット姿勢になり、続けて素早く前脚を曲げてエアボーンベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばして垂直の脚に揃えながら、足首が水面に達するときに両脚が揃うよう、素早い垂直沈み込みを行う。



						Total
NVT=	31.0	17.0	13.0	9.0	0	70
PV =	4.43	2.43	1.86	1.29	0	10

## チームテクニカルルーティン追加要件

これらはルーティンのどこに配置してもよい。

6 - さらに2つのハイブリッド。そのうち1つはカデンスアクションを含むこと。

7 - 1つのアクロバティック動作をチームメンバー全員で行わなければならない。アクロバティック動作のDDはベースマーク値を含んで3.0を超えてはならない。

**カデンスアクション**：チームメンバー全員によって1つずつ順番に行われる同一の動作。複数のカデンスアクションが行われる場合、それらは連続していなければならない。他のオプション要素やリクワイヤドエレメントで区切られてはならない。2つ目のカデンスアクションは、最初のカデンスアクションがチームメンバー全員によって完了する前に開始することができるが、各チームメンバーは各カデンスのアクションを行わなければならない。

**アクロバティック動作**：ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの総称で、華々しい体操の技やリスクのあるアクションとして行われ、ほとんどの場合、他のスイマーの補助によって達成されるものである。アクロバティック動作の開始と終了は、チームメンバー全員が水中にいる間になされる。

1つのルーティンは最大1つの円パターンを含むことができる。

推進方向は、すべてのスイマーが同じ方向を向いている限り、変化してもよい。

推進動作と進行方向の差異は、水中でのパターン変化、水中での動作、および円を形成するときと終了するときのみ認められる。

### 29.3 附則3 ルーティンの必須エレメント数

注：ルーティンには、各ファミリーから1つの申告を含めるという要件(ソロでのコネクションを除く)は、フリールーティンのみに適用される。

シニア/ ジュニア	時間 (±5秒)	総エレ メント数	概 要
ソロ テクニカル	2:00	6	・5つのテクニカルリクワイヤドエレメント ・1つのフリーハイブリッド
ソロ フリー	2:15	6	・6つのフリーハイブリッド (ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと-コネクションを除く)
女子 デュエット テクニカル	2:20	7	・5つのテクニカルリクワイヤドエレメント ・1つのフリーハイブリッド ・1つのペアアクロバティック (自由選択)
女子 デュエット フリー	2:45	8	・6つのフリーハイブリッド (ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・2つのペアアクロバティック (自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない)
ミックス デュエット テクニカル	2:20	7	・3つのテクニカルリクワイヤドエレメント ・1つのフリーハイブリッド ・1つのリクワイヤドハイブリッド (1つのみのスラスト申告および2つの異なるコネクション申告を含むこと。例えば、T8 C3 C4) ・2つのペアアクロバティック (自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない) ・3つの、1m以上の移動または180°以上の回転を伴う、持続した水面コネクション (“SuCon”)
ミックス デュエット フリー	2:45	7	・4つのフリーハイブリッド (ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・3つのペアアクロバティック (自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない) ・少なくとも4つの、1m以上の移動または180°以上の回転を伴う、持続した水面コネクション (“SuCon”)
チーム テクニカル	2:50	8	・5つのテクニカルリクワイヤドエレメント ・2つのフリーハイブリッド (1つは必ずカデンスアクションを含む) ・1つのチームアクロバティック (ベースマーク値を含む最大 DD の上限3.0) ・円1つ含むことができる
チーム フリー	3:30	9	・6つのフリーハイブリッド (ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・3つのチームアクロバティック (自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない-下記参照)
アクロ バティック	3:00	7	・7つのアクロバティック：A, B, C, P グループから少なくとも1つずつ -どのグループからも最大2つ -同じアクロバティックを繰り返さない-下記参照

\*「同じアクロバティックを繰り返さない」とは、次のように定義される (例については、チームアクロバティックカタログも参照すること)：

- グループA - 3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション (P1またはP2)を繰り返さない。
- グループB - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション (グリップ) を繰り返さない。
- グループC - 同じコンストラクションを繰り返さない。
- グループP - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション (グリップ) を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション (P1またはP2)を繰り返さない。同じボーナスを繰り返さない。

\*無呼吸制限が削除されることに注意すること-アーティスティックインプレッションのファクタリングは、トランジションの値の増加を含めて改訂される。

注：ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含めるという要件（ソロでのコネクションを除く）は、12歳以下およびユースのフリールーティン競技に適用される。

\*12歳以下に関しては、連盟は12歳以下の育成目標に基づいて適用することができる。

12歳以下／ユース(13-15)	時間(±5秒)	総エレメント数	概要
12歳以下 ソロフリー	2:00	4	・4つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと)
ユース ソロフリー	2:00	5	・5つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと)
12歳以下 デュエット フリー	2:30	5	・4つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・1つのペアアクロバティック(自由選択)
ユース デュエット フリー	2:30	6	・5つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・1つのペアアクロバティック(自由選択)
ミックス デュエット フリー (12歳以下／ ユース)	2:30	5	・3つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・2つのペアアクロバティック(自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない) 少なくとも3つの、移動1m以上または回転180°以上を伴う、持続した水面コネクション(“SuCon”)申告
12歳以下 チームフリー	3:00	7	・4つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・3つのチームアクロバティック(安全制限 DD 付)(自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さないー下記参照)
ユース チームフリー	3:00	8	・5つのフリーハイブリッド(ルーティン中に各ファミリーから1つの申告を含むこと) ・3つのチームアクロバティック(安全制限 DD 付)(自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さないー下記参照)
12歳以下 フリーコンビ ネーション	3:00	8	・3つのチームアクロバティック(安全制限 DD 付)(自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さないー下記参照) ・1x DD ソロハイブリッド ・1x DD デュエットハイブリッド ・2x DD チームハイブリッド(最小4人で実施) ・ルーティンには各ファミリーから1つずつ申告を含めること(ソロ、デュエット、チームの DD ハイブリッド全体で数える) ・1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド(“ChoHY”) DD 無し(つまり係数は1.0)最小4人で実施 ・複数のエレメントパートは同時には発生しない(つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生することはない)
ユース フリーコンビ ネーション	3:00	9	・4つのチームアクロバティック(安全制限 DD 付)(自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さないー下記参照) ・1x DD ソロハイブリッド ・1x DD デュエットハイブリッド ・2x DD チームハイブリッド(最小4人で実施) ・ルーティンには各ファミリーから1つずつ申告を含めること(ソロ、デュエット、チームの DD ハイブリッド全体で数える) ・1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド(“ChoHY”) DD 無し(つまり係数は1.0)最小4人で実施 ・複数のエレメントパートは同時には発生しない(つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生することはない)

12歳以下およびユースチームのチームおよびフリーコンビネーション競技におけるアクロバティック安全制限は以下の通りである。アクロバティックエレメントのDDはトータルDD(最大)を超えることはできない：

	Acro DD	Plus Base Mark	Total DD (MAX)
ユース - Group A	2.2	0.5	2.7
ユース - Group B	2.3	0.5	2.8
ユース - Group C	2.3	0.5	2.8
ユース - Group P	2.5	0.5	3.0
12歳以下 - Group A	2.0	0.5	2.5
12歳以下 - Group B	2.1	0.5	2.6
12歳以下 - Group C	2.1	0.5	2.6
12歳以下 - Group P	2.3	0.5	2.8

\*「同じアクロバティックを繰り返さない」とは、次のように定義される(例については、チームアクロバティックカタログも参照すること)：

- グループA - 3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション(P1またはP2)を繰り返さない。
- グループB - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない。
- グループC - 同じコンストラクションを繰り返さない。
- グループP - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション(P1またはP2)を繰り返さない。同じボーナスを繰り返さない。

\*無呼吸制限が削除されることに注意すること

- アーティスティックインプレッションのファクタリングは、トランジションの値の増加を含めて改訂される。

## 29.4 附則4 アクロバティックルーティン要件

### 29.4.1 一般要件

- 1) 時間制限は〔14.1〕の通り
- 2) 開始は陸上でも水中でもその両方でもよい。
- 3) リクワイヤドエレメント#1はどの順序で実施してもよい。
- 4) どのグループ(A, B, C, P)からも最大2つのアクロバティックを行うことができる。
- 5) アクロバティックは繰り返してはならない。「同じアクロバティックを繰り返さない」とは、次のように定義される：
  - ・グループA – 3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション(P1またはP2)を繰り返さない。
  - ・グループB – 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない。
  - ・グループC – 同じコンストラクションを繰り返さない。
  - ・グループP – 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション(P1またはP2)を繰り返さない。同じボーナスを繰り返さない。
- 6) ルーティンはテーマを必ず表現しなければならず、コーチカードで申告しなければならない。
- 7) すべてのルーティンにおいて、コーチカードにはテクニカルリクワイヤドエレメントを選択した実施順に示さなければいけない。

### 29.4.2 アクロバティックリクワイヤドテクニカルエレメント

- 1) 7つのアクロバティック動作：各アクロバティックグループ(A, B, C, P)から1つずつと、一般要件に従った3つの自由選択。

**アクロバティック動作：**ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの総称で、これは華々しい体操の妙技やリスクな動作として実施される。そのほとんどは他の競技者の補助を得て達成されるものである。

## 29.5 附則5 フリーコンビネーション要件

### 29.5.1 一般要件

- 1) 時間制限は〔14.1〕の通り
- 2) 開始は陸上でも水中でもその両方でもよい。
- 3) それに続くすべてのパートは、水中から開始しなければならない。
- 4) 新しいパートは、その直前のパートにごく近接したところから開始する。
- 5) ルーティンはテーマを必ず表現しなければならず、コーチカードで申告しなければならない。
- 6) すべてのルーティンにおいて、コーチカードにはリクワイヤドエレメントを選択した実施順に示さなければいけない。

### 29.5.2 リクワイヤドエレメント

- 1) 少なくとも2つのパートは3人未満、少なくとも2つのパートは全員で構成する。
- 2) 附則3〔29.3〕のとおり、ユースフリーコンビネーションは以下を含まなければならない：
  - a. 4チームアクロバティック（安全制限 DD 付）（自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない）
  - b. 1x DD ソロハイブリッド
  - c. 1x DD デュエットハイブリッド
  - d. 2x DD チームハイブリッド（最小4人で実施）
  - e. 1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド DD 無し（つまり係数は1.0）最小4人で実施
  - f. 複数のエレメントパートは同時には発生しない（つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生することはない）
- 3) 附則3〔29.3〕のとおり、12歳以下フリーコンビネーションは以下を含まなければならない：
  - a. 3チームアクロバティック（安全制限 DD 付）（自由選択だが同じアクロバティックを繰り返さない）
  - b. 1x DD ソロハイブリッド
  - c. 1x DD デュエットハイブリッド
  - d. 2x DD チームハイブリッド（最小4人で実施）
  - e. 1x チーム コレオグラフィ ハイブリッド DD 無し（つまり係数は1.0）最小4人で実施
  - f. 複数のエレメントパートは同時には発生しない（つまり、ソロハイブリッドの開始と同時にチームアクロバティックが発生することはない）
- 4) 12歳以下およびユースチームのチームおよびフリーコンビネーションにおけるアクロバティック安全制限は以下の通りである。アクロバティックエレメントの DD はトータル DD（最大）を超えることはできない：

	Acro DD	Plus Base Mark	Total DD (MAX)
ユース - Group A	2.2	0.5	2.7
ユース - Group B	2.3	0.5	2.8
ユース - Group C	2.3	0.5	2.8
ユース - Group P	2.5	0.5	3.0
12歳以下 - Group A	2.0	0.5	2.5
12歳以下 - Group B	2.1	0.5	2.6
12歳以下 - Group C	2.1	0.5	2.6
12歳以下 - Group P	2.3	0.5	2.8

- 5) アクロバティックは繰り返してはならない。「同じアクロバティックを繰り返さない」とは、次のように定義される：
- ・グループA - 3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション (P1またはP2) を繰り返さない。
  - ・グループB - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない。
  - ・グループC - 同じコンストラクションを繰り返さない。
  - ・グループP - 同じコンストラクションを繰り返さない+同じタイプのコネクション(グリップ)を繰り返さない、および3番目のポジションのボーナスを除き、同じポジション (P1またはP2)を繰り返さない。

## 29.6 附則6 ハイブリッドカタログ (バージョン5.2 - 2025年10月)

### はじめに

- 1) World Aquatics が作成した文書の文言は、その他の文書や動画による例 (AQUA のものか否かを問わず) よりも優先される。
- 2) AS マニュアルにルーティンのジャッジングについて記載されているように、同じ原則が TC にも適用される：  
ハイブリッドは、TC の位置から近い場所または遠い場所で実行されたり、アスリートの (意図的な) 動作のパワー、競技者の人数、またはハイブリッドの「移動 (travelling)」によって生じた水面の動きの中で実行されたりする場合がある。したがって、TC は水面または水面上で見えているものに集中しなければならない。
- 3) 特定の角度や高さレベルへの準拠が要求されるハイブリッドのテクニック (技) に関して：
  - ・技術 (テクノロジー) が利用可能な競技会の場合：アスリートが分析ソフトウェアを介して、申告された角度や高さレベルへの遵守を正確に測定できる場合、求められる角度やレベルの明確な不遵守はベースマークとなる。
  - ・技術 (テクノロジー) を持たないディフィカルティテクニカルコントローラーの場合：求められる角度や高さレベルの不遵守は、ビデオレビューで非常に明白かつ明確である必要がある (疑いの余地がないほど、角度／高さから大きく逸脱している)。判断がつかかねる、または疑わしい場合は、競技者に有利な裁定が下されるべきである。

### ハイブリッド

#### ハイブリッドの定義：

- 1) フリーハイブリッド (コーチカードで意図的に DD を申告しているもの) とは、意図的な無呼吸 (腰の高さより下に頭がある) を伴う下肢で行われる 5 つ以上の動作を組み合わせたものと定義される。
- 2) 意図的な無呼吸の有無にかかわらず、4 動作以下の短いハイブリッド的な動作、または、結果的に無呼吸になるような下肢の動作 (ローリングオーバー、キックなど) を伴う水面に沿った水平方向の動作は、トランジション動作とみなす。

#### ハイブリッド動作の数え方：

- 1) ハイブリッド動作の定義 = ルーティンの振付によって下肢の位置または方向が明確に変化すること。
- 2) 開始 (エントリー) と完了 (イグジット) について：
  - a) フロントパイクプルダウン - 身体をパイク姿勢に曲げる動作が 1 つ目の動作で、そこから続けて数える。
  - b) バレーレッグからの開始 (エントリー) - バレーレッグキックがハイブリッドの開始動作として使用される場合、ハイブリッドの 1 動作として数える。(蹴り上げてからカタリーナのようローテーション、蹴り上げてから頭を下にしたタック (逆さタック) など)。
  - c) 水中からスタートした場合は、最初の姿勢から数え始める (例えば、パイク、タック、テーブルトップ、(スラストの前の) 水中バックパイクなど)。

- d) 水中での動作は数えない。例えば、スピンの最後に足首からタックした場合は1動作として数えるが、完全に水没した状態でタックした場合は数えない。
- e) スピン／ツイスト／トワール：1/2回転（180°）を1動作と数える。
- f) 「スワール」の動きは、回転力／力を考慮する必要があるため、開始点から明確な停止点または次の明確な動きまでを1動作と数える。
- g) 速いキックタイプの動き（例えば、バレエの「タンジュ」のような動作：バレエで、動かす脚を床に沿って伸ばし、つま先の先端だけが床に触れる動作）は、1動作として数える（すなわち、明確なエネルギーの発出／筋の緊張があり、その後回復する）。
- h) ローテーションと脚の動作を同時に行う場合は、ローテーションのみを数える。
- i) カデンス：各カデンス動作は1動作として数える。各競技者の動作はすべて同じ動きであるため数えないが、動きのカウントで数える。

#### ハイブリッドディフィカルティコンポーネント：

- 1) ハイブリッドディフィカルティコンポーネントは、1ハイブリッド内の遷移を構成する難易度（DD）値を割り当てられた申告スキルであり、レベルごとに以下の「ファミリー」に分類される：
  - ・スラスト（T）
  - ・スピン（S）
  - ・ツイスト（R）－トワールとスワールを含む
  - ・フレキシビリティ（F）
  - ・エアボーンウエイト（A）
  - ・コネクション（C）
- 2) すべてのファミリーには、ベーシック（B）と定義される最初のレベルがあり、その後、各ファミリーはレベル1から最大レベル10まで上がっていく。

#### ボーナス：

- 1) チームテク、チームフリー、フリーコンビネーションルーティンには、各パターンチェンジの実行ごとに0.20のボーナスが含まれる。ただし、申告できるパターンチェンジはハイブリッドごとに最大6回まで。6回を超えてパターンチェンジを実行しても、申告することはできず、追加の加点を受けることもない。

#### ハイブリッドベースマーク：

- 1) すべてのハイブリッドのベースマークは同じで、0.5の値を有する。
- 2) ハイブリッドベースマーク値0.5は、ハイブリッドDDの値に加算され、申告されたディフィカルティを達成できなかった場合の値（0.5）となる。
- 3) 総ハイブリッド申告ディフィカルティ（DD）値  
 ＝ベースマーク（0.5）＋動作（ファミリー）＋ボーナス（チームのみ）

## 29.6.1 ファミリー動作

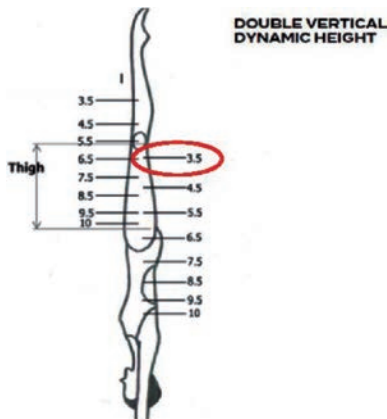
### 29.6.1.1 スラスト (T)

スラスト (T) ファミリーには、AS ルールブック基本動作 BM で定義されているスラストのバリエーションが含まれる：

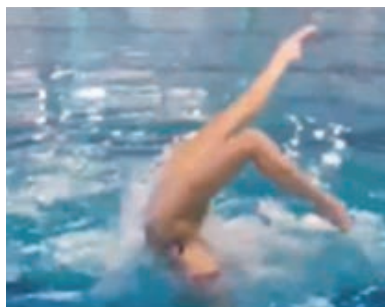
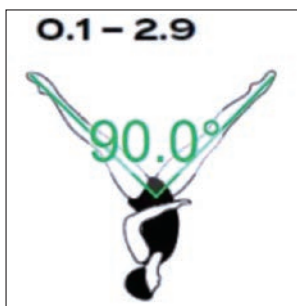
「両脚が水面に垂直なバックパイク姿勢から始める。身体はアンロールし、同時に両脚と腰を素早く上方に突き上げ、垂直姿勢<sup>\*</sup>になる。最大の高さが望ましい」。

※注：他の片脚や両脚の身体姿勢は、スラストレベルごとの定義に従って許容される。

- a) 「スラスト」と記載されている場合は、常に両脚を意味する。そうでない場合は片脚と明記される。
- b) スラストが認められる最小の高さは3.5 (ダイナミックハイト) であり、これは膝上であることを意味し、TC ははその高さが達成されたことを明確に確認しなければならない。そうでなければそのスラストはベースマークの対象となる。



- c) クラッシュを伴うスラストの終了または下降を伴うスラストの終了は明確に区別され、ディフィカルティ表に異なるレベルと値をもって明確に区別され、定義されている。
- d) スラストからの垂直下降の場合：最大の高さから膝下 (膝頭が完全に水没) まで下降し、その後にクラッシュが発生したとしても、これは達成された下降として適用される。
- e) フレキシビリティを伴うスラストは、エアボーンスプリット姿勢や垂直からナイト、または背中中のフレキシビリティ (柔軟性) (例：両脚を後方45°にしたアーチ) などのように最大の高さでのフレキシビリティを示さなければならない。エアボーンスプリット姿勢またはスプリットバリエーションを伴うスラストは、AS マニュアル BP 基本姿勢に記述されているように、腰の下で正しいボディアライメントを示さなければならない。スプリットの場合は最低でも「シザーズ」(90°) / 0.1~2.9のフレキシビリティを示さなければならない。ボディアライメントは、背中中の下部を反らせ、腰、肩、頭部が垂直線上にあること。スプリットバリエーションは、前脚を曲げず、後脚のみを下方に曲げる (膝が天井の方を向き、内側に曲げない)。



- f) フレキシビリティを伴うスラストの後にスピンまたはトワールが続く場合、スピンまたはトワールはいつでも開始できる - すなわち両脚が VP コーンから外れていても構わない。

- g) スラストに続くトワール＝トワールとは持続した高さでの回転を意味し、高さは回転の間中一定に保たれなければならない。したがって、下方への明らかな高さの変化はベースマークの対象となる。「明らかな」とは、高さが2レベル下がることと定義される。つまり、競技者が膝上(6.5)からスタートし、膝下(4.5)まで下がった場合はベースマークとなる。高さが1レベル変化した場合＝エクスキュージョン。
- h) スラストにおいて異なるレベルの動作を示すアクションが実行される場合、最も難しい動作を申告する。例えば、フレキシビリティを伴うスラストに続けて膝上の垂直姿勢でのキャッチ(明確に停止－安定した高さが示される)が行われる場合、T9bを申告する。
- i) キャッチを伴うスラスト T9bについて：VPにおいて「1秒(1s)以上安定した高さを示す」ことができれば、その後はどのようなディフィカルティの動作でも行うことができ、ルールに従って申告する。例えば：T9bの後にA6、S3など。
- j) スラストに続くスピンは徐々に下降していかなければならない。明らかに足首のレベルで回転を保持する(すなわち、スピンではなくツイスト)競技者は、以下の基準に従ってベースマークの対象となる：

・スピン180°からスピン720°まで：回転全体が徐々になければならぬ。

・スピン1080°：足首レベルでの回転は最大1回転まで許容される。

レベル	コード	解 説	DD 値
B	TB	片脚または両脚スラストから水面でクラッシュ	0.30
1	T1	片脚スラストから垂直下降	0.45
2	T2a	片脚スラストからスピン180°	0.50
	T2b	片脚スラストからトワール180°＋クラッシュ	
3	T3a	スラストから垂直下降	0.65
	T3b	片脚スラストからスピン360°	
	T3c	片脚スラストからトワール180°＋下降	
	T3d	スラストからフレキシビリティでクラッシュ	
4	T4a	片脚スラストからスピン720°	0.80
	T4b	スラストからフレキシビリティ＋下降	
	T4c	スラストからスピン180°	
	T4d	フライングフィッシュ(＋下降) スラストで垂直姿勢になり、高さを落とさずに片脚を素早く下ろしてエアボーンフィッシュテイル姿勢*になる。フライングフィッシュの後、片脚はまっすぐでも曲げてもかまわないが、垂直下降を行う。申告は下降で終了する。 *下の脚は「VPコーン」エリアの外にしなければならない。 **ローテーションまたは垂直下降の申告と組み合わせることはできない。	
	T4e	スラストからトワール180°(VP)＋クラッシュ	
5	T5a	スラストからスピン360°	0.90
	T5b	スラストからトワール180°(VP)＋下降	

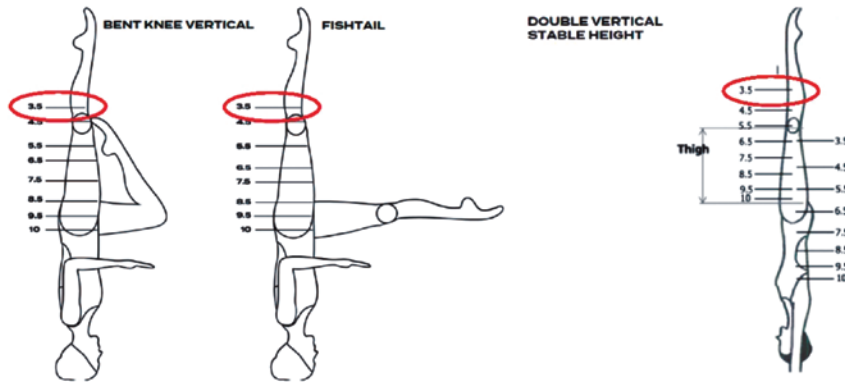
5	T5c	スラストからフレキシビリティ後スピン180°	0.90
	T5d	フライングフィッシュスピン180°または スラストフィッシュテイルヘリコプタースピン180° T4フライングフィッシュと同じ定義で終了はスピン180°	
	T5e	片脚スラストからトワール180° (VP)後スピン360°	
6	T6a	スラストからフレキシビリティ後スピン360°	1.10
	T6b	スラストからトワール180°後スピン360°	
	T6c	フライングフィッシュ360°または スラストフィッシュテイルヘリコプタースピン360° T4フライングフィッシュと同じ定義で、終了はスピン360°	
7	T7	スラストからスピン720°	1.50
8	T8	スラストからフレキシビリティ後スピン720°	1.70
9	T9a	高さ8.5(ウエスト)以上のスラスト後スピン1080°以上	2.00
	T9b	高さ8.5(ウエスト)以上のスラストから VP 膝以上の高さでキャッチ (明確な停止—安定した高さで1秒以上保持)	

### 29.6.1.2 スピン (S)

このファミリーには、あらゆるタイプのスピが含まれる。すなわち、(一般的原則に従って) 垂直姿勢での回転である。上昇/下降スピン、コンバインド/リバースコンバインドスピが含まれる。

- a) スピンと記載されている場合、それは上昇スピンと下降スピン (同じコードと値) のどちらかである—上昇と下降は区別されない。
- b) フリーハイブリッドにおける下降スピンでは、回転数の定義は、つま先が水没したとき、または回転が足首で停止したときである。これは、フィギュアやテクニカルリクワイヤドエレメント (基本動作 BM13参照)とは異なるので注意すること。
- c) フリーハイブリッドにおける上昇スピンでは、回転数の定義は、つま先が水面を割ったとき、または回転が足首の高さで始まったときに始まる。これは、フィギュアやテクニカルリクワイヤドエレメント (基本動作 BM13参照)とは異なるので注意すること。
- d) スピン (上昇および下降) とは、最小2レベルの高さの徐々の変化と定義される。下降スピンは常に足首で終了するかまたはつま先の水没をもって終了するものでなければならない。スピン申告中に高さが1レベルだけ変化した場合は、ベースマークの対象となる。
- e) スピンの許容範囲 (基本動作 BM12および13) は、フリーハイブリッドにおけるスピンの申告には適用されない。競技者は、コーチカードに申告されたとおりの回転を完全に完了しなければならない。例えば、S2 (片脚または両脚でのスピン720°) が申告された場合、DTCは (上記の原則 a-d に従い) 少なくとも720°の完了を監察する。申告された角度よりも多く回転することは問題ないが、申告された角度よりも少なく回転した場合はベースマークの対象となる。

- f) 下降スピンの開始には、片脚および両脚の高さスケールに従って最小3.5の高さを示さなければならず、上昇スピンの終了は、片脚および両脚の高さスケールに従って最小3.5の高さを示さなければならない：



- g) 上昇および下降スピンは徐々に上昇／下降しなければならない。明らかに同じ高さのレベルで回転を保持する競技者（すなわちスピンではなくツイスト）は、基準に従ってベースマークの対象となる：

レベル SB ~ S2 の場合：回転全体が徐々にでなければならない。

レベル S3 ~ S5 の場合：各高さレベルで最大1回転まで許容される。

レベル S6 ~ S10 の場合：各高さで最大2回転まで許容される。

- h) スピンのレベルベーシック (B)、レベル1、レベル2は、片脚または両脚でのスピンとする。レベル3からはすべてのスピンを両脚で行わなければならない。
- i) スピンは、申告された回転角度（回転数）を達成するために、身体の回転を「壁から壁まで（wall-to-wall）」で数える。360°以上の回転の場合、TCが回転の完了を確認するためには、開始した壁（または方向）で終了しなければならない。申告された角度よりも多く回転することは問題ないが、申告された角度よりも少なく回転した場合はベースマークの対象となる。
- j) スピン中の脚のポジションは、片脚または両脚の位置が一般原則 a) に基づく VP（垂直姿勢）の定義を満たしている限り、様々な変更が認められる。アンバランススピンやオフアングルスピンは区別されず、アーティスティックインプレッションの評価で考慮される。
- k) 「2本脚（両脚）」と記載されている場合はVPの定義（2本の脚が垂直線から45°以内にあること）を意味し、「1本脚（片脚）」と記載されている場合は1本の脚が垂直線から45°以内にあることを意味する。いずれも一般原則 a) による。
- l) 片脚でのスピンには、ベントニー垂直姿勢、フィッシュテイル／クレーン、ナイト、その他片脚でのVPポジションのオプションやバリエーションが含まれる。
- m) 両脚での回転には、垂直姿勢「VP」、垂直から45°以内のフィッシュテイル、アーチVP、その他垂直線から45°以内に両脚がはっきりと見えるポジションが含まれる。
- n) ベントニーVP／フィッシュテイルからVPへ、VPからベントニーVP／フィッシュテイルなど、片脚ポジションから両脚（VP）ポジションへの（または両脚から片脚への）揃える／開く／曲げる／伸ばす動作は、すべて「片脚」スピンの分類される。
- o) コンバインドスピンまたはリバーコンバインドスピン（表では「コンバインド」と定義）は、下降と上昇、または上昇と下降の回転数が同数であり、停止がなく、同じ高さで開始および終了する場合にのみカウン

トされる。(例：つま先が水面を破るところでスピンの開始した場合、つま先が水没するところで終了しなければならない。)

p) ベーシックレベル、レベル1およびレベル2において「片脚または両脚」と記載されているコンバインドまたはリバースコンバインドスピンは、片脚と両脚の組み合わせを含んでも構わない。

- 例1：ベントニー VP で開始し、VP に揃えながら360°下降スピンを行い、その後、VP のまま360°上昇スピンを行う。

- 例2：ベントニー VP で開始し、VP に揃えながら360°下降スピンを行い、その後、ベントニー VP に戻りながら360°上昇スピンを行う。

q) コンバインドスピンまたはリバースコンバインドスピン(2方向を含む)における上昇および下降は、徐々に上昇/下降しなければならない。回転を同じ高さレベルで明らかに保持している(すなわちスピンではなくツイスト)競技者は、以下の基準に従いベースマークの対象となる：

レベル SCB-SC2/SCDB-SCD2の場合：回転全体が徐々にであること。

レベル SC3-SC5/SCD3-SCD5の場合：各高さレベルで最大1回転まで許容される。

レベル SC6/SCD6の場合：各高さで最大2回転まで許容される。

r) 「2方向」スピンとは、一方向にスピンした後、間をあげずに同じだけの回転を行うスピンを意味する。

例えば：SCD2-コンバインドスピン720°(片脚または両脚)は、720°の下降または上昇回転の後、間をあげずに逆方向に720°の上昇または下降回転を行うものである。

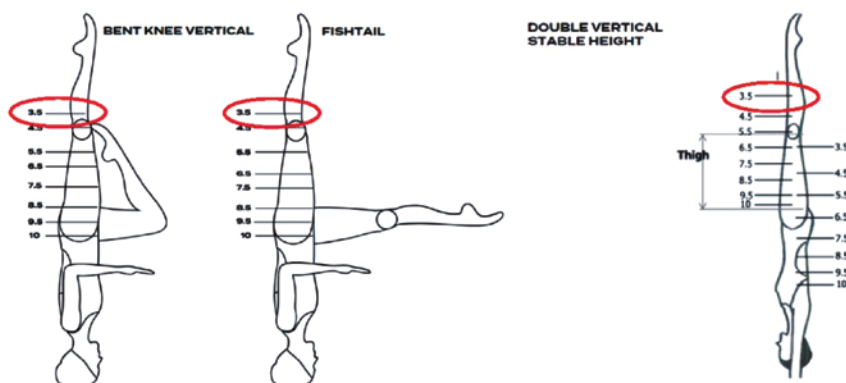
レベル	コード	解 説	DD 値
B	SB	スピン180°(片脚または両脚)	0.15
	SCB	コンバインドスピン180°(片脚または両脚)	0.35
	SCDB	2方向のコンバインドスピン180°(片脚または両脚)	0.40
1	S1	スピン360°(片脚または両脚)	0.35
	SC1	コンバインドスピン360°(片脚または両脚)	0.80
	SCD1	2方向のコンバインドスピン360°(片脚または両脚)	0.85
2	S2	スピン720°(片脚または両脚)	0.75
	SC2	コンバインドスピン720°(片脚または両脚)	1.60
	SCD2	2方向のコンバインドスピン720°(片脚または両脚)	1.65
3	S3	スピン1080°(両脚)	1.15
	SC3	コンバインドスピン1080°(両脚)	2.40
	SCD3	2方向のコンバインドスピン1080°(両脚)	2.45
4	S4	スピン1440°(両脚)	1.55
	SC4	コンバインドスピン1440°(両脚)	3.20

4	SCD4	2方向のコンバインドスピンの1440° (両脚)	3.25
5	S5	スピン1800° (両脚)	1.95
	SC5	コンバインドスピンの1800° (両脚)	4.00
	SCD5	2方向のコンバインドスピンの1800° (両脚)	4.05
6	S6	スピン2160° (両脚)	2.35
	SC6	コンバインドスピンの2160° (両脚)	4.80
	SCD6	2方向のコンバインドスピンの2160° (両脚)	4.85
7	S7	スピン2520° (両脚)	2.75
8	S8	スピン2880° (両脚)	3.15
9	S9	スピン3240° (両脚)	3.55
10	S10	スピン3600° (両脚)	3.95

### 29.6.1.3 ツイスト トワール／スワールを含む (R)

このファミリーには、ツイストとトワール (AS ルールブック基本動作 BM に定義されているように、回転中、身体は縦軸を保ったまま) とスワールが含まれる。

- a) ツイストまたはトワール=持続した高さでの回転を意味し、回転中、高さが一定に保たなければならない。したがって、明らかに下方への高さの変化があった場合は、ベースマークの対象となる。上方への高さの変化は、エクスキューションの評価で考慮される。「明らかな」とは、高さが2レベル下がることと定義される。例えば、競技者が膝上(6.5)で開始し、膝下(4.5)まで下がった場合はベースマークとなる。高さが1レベル変わる場合=エクスキューション (による考慮) の評価対象となる。
- b) ツイストが認められるための最小の高さは3.5 (片脚および両脚の高さスケールによる) である。TC がこの高さレベルが明確に達成されたことを確認しなければならないことを意味し、達成されない場合はツイストがベースマークの対象となる。

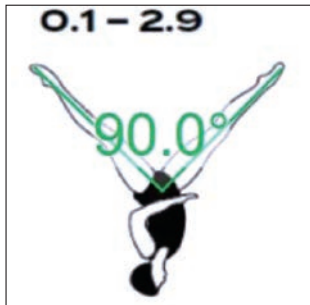


- c) スワールとは、ターンしながら、パイクまたはアーチした姿勢 (身体が垂直軸と一直線上にないその他の姿勢) で、片脚または両脚で行う回転のことである。スワールは高さのバリエーションがあってもよく、両脚が VP (垂直姿勢) の定義よりも低い位置にあったり、VP エリアから出たり入ったりすることがある。
- d) ツイストの許容範囲 (BM12 および 13) は、フリーハイブリッドにおけるツイスト／トワール／スワールの申告には適用されない競技者は、コーチカードで申告された回転を完全に完了しなければならない。

例えば、2R3(両脚ツイスト1080° (VP))が申告された場合、ディフィカルティテクニカルコントローラーは、少なくとも1080°の完了を監察する。申告された角度よりも多く回転することは問題ないが、申告された角度よりも少なく回転した場合はベースマークの対象となる。

- e) ツイスト、トワール、スワールでは、申告された回転角度を達成するために、身体の回転を「壁から壁まで (wall-to-wall)」で数える。360°以上の回転の場合、TCが回転の完了を確認するためには、開始した壁または方向で終了しなければならない。申告された角度よりも多く回転することは問題ないが、申告された角度よりも少なく回転した場合はベースマークの対象となる。
- f) 回転中の脚の位置は、片脚または両脚の位置がVPの定義と回転完了の要件(上記の点)を満たす限り、さまざまな脚の位置の変更が可能である。
- g) ROB、RO1、RCB、RC1では、回転中に脚がわずかに曲がっていても構わない。
- h) 片脚での回転には、ベントニー垂直姿勢、フィッシュテイル、クレーンなどがある。なお、ナイトの回転は本来フレキシビリティファミリーに分類されるが、ナイトを片脚回転として申告する場合(1RB、1R1など)は認められる(ベースマークではない)。
- i) 両脚での回転には、垂直姿勢「VP」、垂直線から45°以内のフィッシュテイル、アーチVP、および垂直線から45°以内に両脚がはっきりと見えるその他の姿勢が含まれる。
- j) 片脚ポジションから両脚(VP)ポジション、または両脚から片脚ポジションへの移行動作(揃える/開く/曲げる/伸ばす動作) -たとえばベントニーVP/フィッシュテイルからVPへの移行、またはVPからベントニーVP/フィッシュテイルへの移行-は、すべて「片脚のみ(1 leg only)」のツイスト/トワール分類に含まれる。
- k) アンバランス(unbalanced)の定義については後述の一般原則を参照のこと。
- l) アンバランス片脚ツイストは、すべて「片脚」回転に分類される。
- m) アンバランスツイストが回転(ターン)を伴って実施される場合(例:RU4を行う際に、アンバランス360°ごとに1/4回転を同時に行う場合など)、DTCは、競技者の膝を観察し、申告された360°回転数(この例では4回)が「壁から壁まで(wall-to-wall)」で正確に実施されているかを確認する(29.6.1.3 e)参照)。
- n) 「2方向」(Two-Direction Twist)ツイストとは、1方向に回転した後、間をあげずに逆方向に同じ回転数だけ回転することを意味する。例えば:
  - ・RD1 - 2方向360°(VP) = 1方向に180°回転した後、間をあげずに逆方向に180°回転する。
  - ・RD2 - 2方向720°(VP) = 1方向に360°回転した後、間をあげずに逆方向に360°回転する。
- o) VPからオープン180°/360°してスプリット(ROB/RO1)の場合、中間点(90°/180°)で両脚が少なくとも45°開いている必要がある。つまり、オープンは徐々に行わなければならない(360°トワールしてから急速にスプリットに開くような動作は不可である)。また、開始時の「VP」姿勢は、両足/両足首が触れている状態でなければならない。
- p) スプリットからクローズ180°/360°してVP(RCB/RC1)の場合、135°/270°に達するまでにVPに到達してはならない。つまり、クローズ(両足/両足首が触れる)が3/4地点で終了し、その後VPで1/4回転するのは問題ないが、135°/270°未満でクローズが達成した場合はベースマークの対象となる。

- q) ROB、RO1、RCB、RC1では、スプリット姿勢は、ASマニュアルに従い、最小限「シザーズ(90°)／スプリット0.1～2.9」以上のフレキシビリティを示さなければならない。



レベル	コード	解 説	DD 値
B	RB	スワール180°／ターン180°持続なしまたはアップダウン	0.10
	1RB	片脚ツイスト／トワール180°	0.15
	2RB	両脚ツイスト／トワール180° (VP)	0.20
	ROB	VP → オープン180° → スプリット	0.25
	RCB	スプリット → クローズ180° → VP	0.25
1	R1	スワール360°／ターン360°持続なしまたはアップダウン	0.20
	1R1	片脚ツイスト／トワール360°	0.35
	2R1	両脚ツイスト／トワール360° (VP)	0.45
	RD1	2方向360° (VP)	0.50
	RU1	アンバランスツイスト／トワール360° (VP)	0.55
	RO1	VP → オープン360° → スプリット	0.55
	RC1	スプリット → クローズ360° → VP	0.55
2	R2	スワール720°	0.40
	1R2	片脚ツイスト720°	0.75
	2R2	両脚ツイスト720° (VP)	0.95
	RD2	2方向720° (VP)	1.05
	RU2	アンバランスツイスト720° (VP)	1.15
3	R3	スワール1080°	0.60
	1R3	片脚ツイスト1080°	1.15
	2R3	両脚ツイスト1080° (VP)	1.45
	RU3	アンバランスツイスト1080° (VP)	1.75
4	R4	スワール1440°	0.80
	1R4	片脚ツイスト1440°	1.55
	2R4	両脚ツイスト1440° (VP)	1.95

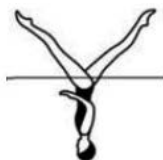
4	RD4	2方向1440° (VP)	2.15
	RU4	アンバランスツイスト1440° (VP)	2.35
5	1R5	片脚ツイスト1800°	1.95
	2R5	両脚ツイスト1800° (VP)	2.45
	RU5	アンバランスツイスト1800° (VP)	2.95
6	1R6	片脚ツイスト2160°	2.35
	2R6	両脚ツイスト2160° (VP)	2.95
	RD6	2方向2160° (VP)	3.35
	RU6	アンバランスツイスト2160° (VP)	3.55
7	2R7	両脚ツイスト2520° (VP)	3.45
	RU7	アンバランスツイスト2520° (VP)	4.15
8	2R8	両脚ツイスト2880° (VP)	3.95
	RU8	アンバランスツイスト2880° (VP)	4.75
9	2R9	両脚ツイスト3240° (VP)	4.45
	RU9	アンバランスツイスト3240° (VP)	5.35
10	2R10	両脚ツイスト3600° (VP)	4.95
	RU10	アンバランスツイスト3600° (VP)	5.95

#### 29.6.1.4 エアボーンウエイト (A)

このファミリーには、水面上に身体の一部（片脚または両脚）を出す動作が含まれる。これらは、バランスの取れた状態またはアンバランスな（不均衡な）状態でのエアボーンウエイトを維持するディフィカルティ（難しさ）を反映している。

- a) 「サステインドハイト（持続した高さ）」と記載されている場合には、エアボーンウエイトを3秒以上持続することを意味する。遂行時間は、テクニカルコントローラーがそのディフィカルティを明確に識別するのに十分な時間でなければならない。
- b) 一般原則 d) に注意すること。エアボーンウエイトは、ローテーション（回転）と同時に発生している場合には申告できない。
- c) 一般原則 g) に「アンバランス (unbalanced)」の定義がある。
  - i. A8において、「ロッキング (rocking)」とは、両脚を揃えたままアンバランスな前傾姿勢からアンバランスな後傾姿勢へ、または左右方向、あるいは後ろ→横→前→横のように揺れ動く動作を指す。両脚は同時に動かさなければならず、片脚ずつ順に動かして途中で明確なバランス姿勢を作ることはいできない。
  - ii. A8において、アンバランスな後傾姿勢からアンバランスな前傾姿勢へ移行する際に、途中で「V」ポジション（片脚を前方・片脚を後方に伸ばしたバランスの取れた姿勢）を通過する場合、その「V」姿勢がバランス姿勢となるためベースマークとなる。

バランスの取れた「V」ポジションの例：



- d) A6、A7、A8を2つ連続して申告する場合（例：A6A6、A7A7、A8A8）、それぞれの3秒以上の持続保持 (sustained hold)は、次のように必ず区別されなければならない。

A6および A7の場合：2つの同一動作（テクニック）の間に、VP コーンから一度出る動作を挟む必要がある。

A8の場合：VP コーンから出る、またはバランス姿勢を取る動作によって区別されなければならない。

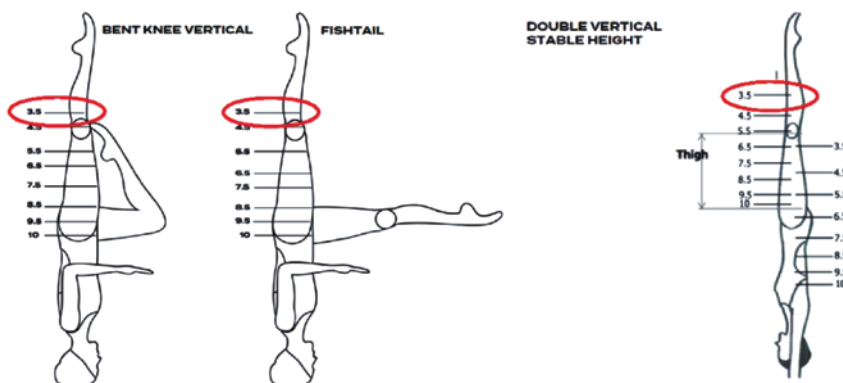
一方、異なる種類のエアボーンウエイト（例：A6A7、A7A8）を連続して申告する場合には、VP コーンから出る必要はない。

- e) エアボーンウエイトの最小限必要な高さは3.5である。開始または終了の姿勢、または持続的な動作はこの基準を満たさなければならない。

- 例：AB（逆さタック姿勢、テーブルトップ、またはそのバリエーション（変形）姿勢から任意の片脚姿勢へリフトする場合）では、その片脚姿勢が高さ3.5に達していなければならない。

または

- 例：A5（フロントパイクから360°回転しながらVPへ移行する場合）では、終了時のVPが高さ3.5でなければならない。



- f) 上昇 (A3b) または下降 (A2a) は、少なくとも2レベルの高さ変化を伴う動作として定義される。上昇または下降の申告中に1レベルのみの高さ変化しか行われなかった場合は、ベースマークとなる。

- g) 垂直下降 (Vertical descent) [片脚または両脚：A1b、A2a] の場合：  
前項 f) で述べたように、少なくとも2レベルの高さ変化に加えて、膝（膝蓋骨）が完全に水中に没するまで下降する必要がある。膝が水中に没した後にクラッシュを行ってもかまわない。たとえば、高いVP（大腿部の高い位置）から下降し、膝が水面下に没した時点でクラッシュした場合でも、2レベルの高さ変化が行われ、かつ膝の水没後にクラッシュが生じたため、A1bまたはA2aとして有効である。

- h) 垂直上昇 (Vertical ascent) [片脚または両脚：A3b] の場合：  
前項 f) の条件に加えて、膝（膝蓋骨）が明確に水面上に見える高さまで上昇するか、または膝を曲げずに膝蓋骨が明確に見える高さまで上昇する必要がある。膝が水面上に出た時点で、他の動作や申告を行うことが可能になる。

i) フロントパイクから VP への動作 (ポーパスアクション) の場合: ポーパスリフト動作の完全性が保たれている限り、脚の動きにバリエーションがあってもよい。

• 例えば:

- 両脚はわずかに離してもよい (45度以内)。
- 両脚を交差させてもよい、片脚を軽く曲げ、もう一方を伸ばしてもよい、両脚を少し曲げてもよい。ただし、いずれの場合も「VP コーン」エリア内に収まっていることが条件である。

j) フロントパイクからリフトと回転を伴う動作の場合:

- フロントパイクから 180° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニー VP、フィッシュテイルなど) へ
- フロントパイクから 360° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニー VP、フィッシュテイルなど) へ
- フロントパイクから 180° 回転しながら VP へ
- フロントパイクから 360° 回転しながら VP へ
- これらの片脚または両脚 VP へのリフトを伴う 180° / 360° 回転は、徐々に行われなければならない。つまり、135° / 270° に達するまでに片脚または両脚 VP に到達してはならない。3/4 の位置でリフトが完了し、その後 1/4 回転を VP で行う場合は認められるが、135° / 270° 未満で VP に到達した場合、その回転はベースマークとなる。

レベル	コード	解 説	DD 値
B	AB	逆さタック、テーブルトップまたはバリエーションから片脚姿勢ヘリフト	0.05
1	A1a	フロントパイクから片脚姿勢ヘリフト	0.10
	A1b	片脚下降	
	A1c	逆さタック、テーブルトップまたはバリエーションから VP ヘリフト	
	A1d	フィッシュテイル、ベントニー VP またはスプリットから VP に揃える	
2	A2a	VP での垂直下降 (アイソレイティッド動作を伴うまたは伴わない)	0.15
	A2b	フロントパイクから 180° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニー VP、フィッシュテイルほか)	
3	A3a	フロントパイクから両脚姿勢ヘリフト (ポーパスリフト)	0.20
	A3b	片脚または両脚を伴う垂直上昇 (アイソレイティッド動作を伴うまたは伴わない)	
4	A4a	フロントパイクから 360° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニー VP、フィッシュテイルほか)	0.45
	A4b	フロントパイクから 180° 回転しながら VP	
5	A5	フロントパイクから 360° 回転しながら VP	0.65
6	A6	片脚または片脚と両脚の組み合わせによる 3 秒以上の持続した高さ または 安定かつ固定された片脚姿勢でのアイソレイティッド動作 (VP の定義にある 0~45 度の範囲内) — もう一方の脚 (固定されていない脚) で行われる 3 秒以上持続したアイソレイティッド動作 または 2 つの技 (テクニック) の組み合わせ (例えば 2 秒のアイソレイティッド動作、その後 1 秒の片脚と両脚の組み合わせ)	1.15

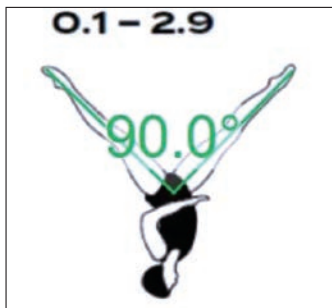
7	A7	VP での3秒以上の持続した高さ	1.45
8	A8	アンバランスな姿勢で行う VP での少なくとも3秒以上の持続した高さ	1.65

### 29.6.1.5 フレキシビリティ (F)

このファミリーには、関節の可動域を最大限に活かすような、さまざまなタイプのフレキシビリティ動作が含まれる。

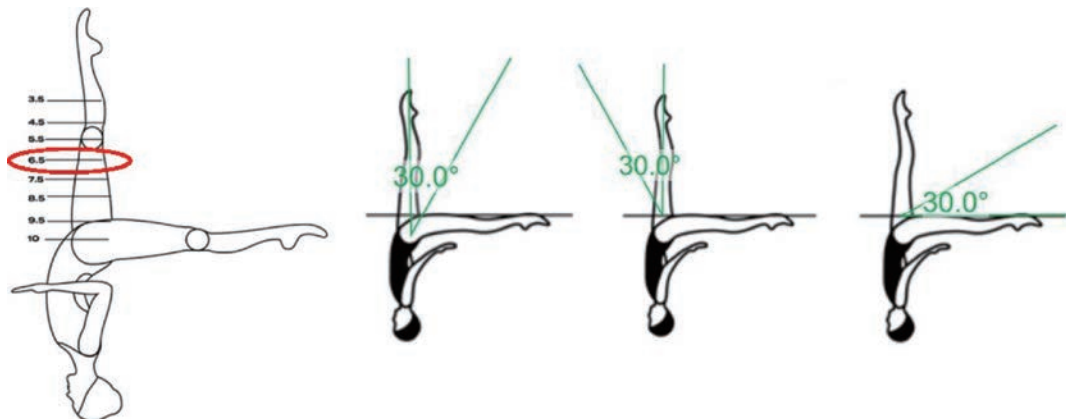
たとえば、アーチ、スプリット、ナイト、ウォークアウト、ノバ/サイクロンリフトなどが該当する。

- a) すべてのポジションは、脚の最大限の力強さと、肩が腰の下に位置する身体姿勢をもって示されなければならない。選手のフレキシビリティ (柔軟性) を明確に示すものでなければならない。
- b) 遂行時間は、テクニカルコントローラーによってそのディフィカルティ (難しさ) を明確に識別するのに十分な時間でなければならない。
- c) スプリット姿勢では、AS マニュアルに基づくスプリットの最小のフレキシビリティ基準 (0.1~2.9 = 「シザーズ (scissors)」) を満たさなければならない。基準を下回る場合はベースマークの対象となる。



d) ナイト姿勢の場合：

- i. 最小の高さは5.5が求められる (膝蓋骨が水面上に見えている状態)。膝蓋骨が明らかに完全に水中に沈んでいる場合は、ベースマークとなる。
- ii. 垂直の脚は、垂直線から最大30°までの傾きが許容される。
- iii. 水平の脚は、水面から30°以上上がってはならない。



- e) 素早いナイト (F1b)を申告する場合、連続して申告できるが、垂直の脚はVP コーンから出なければならない。
- f) 任意の姿勢からの素早いナイト姿勢 (F1b) または素早いスプリット (F1a) に関しては、開始姿勢からナイトまたはスプリットへの動作は素早く行わなければならない。
- g) F1a および F1b に関する申告例：
- i . F1a (素早いスプリット)の後に RCB または RC1を続けることができる。
  - ii . F1a (素早いスプリット) の後に F2a (ウォークアウトフロント)、F2b (ウォークアウトバック)、または F3b (アリアーナ)を続けることができる。
  - iii . F1a (素早いスプリット)は、F3a の前に申告して、F3a の最初のスプリット姿勢に入るために使用することができる。この場合、F1a は1回の動作、F3a はその後さらに2回の脚の入れ替え (2回のスプリット)を行う必要がある。
  - iv . F1a (素早いスプリット) の後に F2c (スプリットのバリエーションを水面で2種類以上示す動作)を続ける場合、F1a は1回の動作であり、F2c ではさらに2種類のスプリットを示す必要がある。
  - v . F1b (素早いナイト)の後に F4e、F4f、F5a、F5c、F6b、F6c、または F8a を続けることができる。
  - vi . F1b (素早いナイト) の後に F3c (左右のナイトを組み合わせた動作) を続ける場合、F1b は1回の動作であり、F3c ではさらに2回のナイトを行う必要がある。
  - vii . F1a (素早いスプリット) の後に F6d (フラットスプリット／スプリットバリエーションを水面で3秒以上保持する動作)を続ける場合、競技者が素早い動作でスプリット姿勢に到達した後、さらに3秒間明確に保持すれば、これは認められる。
  - viii . F6d の後に RCB または RC1(スプリットからクローズする動作)を続けることは可能である。
  - ix . ROB または RO1の後に F1a を続ける場合は、一般原則 d) に基づき、同時に申告することはできない。
- h) ナイトから180°または360°回転して VP に入る動作 (F6c または F8a)の場合：
- 回転は徐々に行われなければならない、VP (両足／足首が接触している状態) に到達するのは135°／270°の位置以降でなければならない。つまり、動作が3/4(4分の3) 地点で終了し、その後1/4(4分の1) 回転がVP で行われるのは許容される。しかし、135°／270°未満しか回転していない場合、その回転はベースマークの対象となる。
- i) ベントニーサーフェスアーチ姿勢から180°または360°回転して VP に入る動作 (F6a または F8b) の場合も同様に、回転は徐々に行われ、VP に到達するのは135°／270°以降でなければならない。3/4地点で終了し、その後1/4回転をVPで行うのは許容されるが、135°／270°未満の回転しか実施されない場合は、ベースマークの対象となる。
  - j) サーフェスアーチから VP へ移行する動作 (F7、F9、F10)の場合：
- 脚の動きにはいくつかのバリエーションが認められるが、サーフェスアーチとリフトアクションの完全性が維持されていなければならない。

- i . サーフェスアーチ姿勢は水面で明確に確認できること（水中ではなく、水面上で見える位置）。
- ii . 両脚はわずかに開いていてもよいが、その開きは最大30°まで。30°を明らかに超える開脚はベースマークの対象となる。
- iii . 両脚を交差させてもよい、または片脚をまっすぐに、もう一方をわずかに曲げてよい。
- iv . 両脚を意図的に曲げることは不可。ただし、エクスキューションが悪いためにわずかに膝が曲がっている（soft knees 膝が緩い）場合は、ベースマークにはならない。
- v . F9およびF10の動作では、回転は徐々に行われ、VPに到達するのは135°／270°以降でなければならない。3/4地点で終了し、その後1/4回転をVPで行うのは許容されるが、135°／270°未満の場合はベースマークの対象となる。

k) フラットスプリット (F6d)は、高さチャートの8.5レベルに準じて評価される。

8.5	170° - 180°			Legs dry
-----	-------------	---	--	----------

レベル	コード	解 説	DD 値
B	FB	上向水平からサーフェスアーチまたはベントニーサーフェスアーチ	0.05
1	F1a	任意の姿勢から素早いスプリット	0.10
	F1b	任意の姿勢から素早いナイト姿勢	
	F1c	ベントニーサーフェスアーチからナイト（ベントニーを伸ばしてナイトへ）	
2	F2a	ウォークアウトフロント（呼吸まで）	0.20
	F2b	スプリットからフロントパイク（ストレートレッグで180°の弧を描く）	
	F2c	水面でのスプリットバリエーション（少なくとも2つの異なるスプリットを行う）	
3	F3a	スプリットからVPを通過して両脚を入れ替えてスプリット ・これは、右／左スプリットからVPを通過して左／右スプリットへ移行し、その後再びVPを通過して最初の右／左スプリット姿勢に戻ることを意味する。 ・（上記のように脚を入れ替える移行動作である）F3aの最初のスプリット姿勢に入るために、F3aの前に、F1a（素早いスプリット）を先に申告することができる。	0.30
	F3b	アリアーナローテーション	
	F3c	右脚と左脚のナイト姿勢の組み合わせ	
4	F4a	下向水平ベントニーからベントニーサーフェスアーチ姿勢または下向水平からストレートレッグでスプリット	0.40
	F4b	サーフェスアーチ姿勢からストレートレッグで垂直の弧／軸を通過してナイトまたはスプリット	

4	F4c	ベントニーサーフェスアーチからベントニー VP	0.40
	F4d	ベントニーサーフェスアーチからナイト (伸びた脚を VP にリフトし、曲げた脚を水面上に伸ばす)	
	F4e	フィッシュテイルからナイト (水平面、水面に沿って)	
	F4f	フィッシュテイルからナイト (VP を通過)	
5	F5a	ナイトから VP またはナイトから VP を通過してフィッシュテイル	0.50
	F5b	ベントニーサーフェスアーチから VP	
	F5c	ナイトローテーション180° (ナイト姿勢でのツイスト)	
6	F6a	サイクロン180° (ベントニーサーフェスアーチトワール180° → VP)	0.65
	F6b	ナイトローテーション360° (ナイト姿勢でのツイスト)	
	F6c	ナイトから180°回転しながら VP に揃える	
	F6d	3秒以上持続して行う水面上でのフラットスプリットまたはスプリットバリエーション (スプリットバリエーションは90°を超えて膝を曲げないこと、またはあるスプリットから別のスプリットに移行する間、腿が45°を超えてリフトしないこと)	
7	F7	サーフェスアーチから VP	0.75
8	F8a	ナイトから360°回転しながら VP に揃える	0.90
	F8b	ベントニーサーフェスアーチ姿勢から360°回転し VP (ノバローテーション360°)	
9	F9	サーフェスアーチ姿勢から180°回転し VP	1.00
10	F10	サーフェスアーチ姿勢から360°回転し VP	1.30

#### 29.6.1.6 コネクション (C)

このファミリーには、競技者が両脚を合わせたり、つなげたりして連結した動作を生み出す動きが含まれる。

- a) 競技者は、表に詳述されている方法で片脚か両脚で接触しなければならない。例外として、片方の脚を身体に巻き付ける動作がある (CB および C1 レベル)。
- b) チームでのコネクティッド動作 (4~10人のコネクション) :
  - i. これは、4~10人の競技者のグループがコネクティッドしていることを意味する。例えば、4~5人の競技者が2列、8~10人の競技者が1列、8~10人の競技者が円になっている、または4~5人の競技者が円になっている状態など。
  - ii. 4~10人の競技者の連結アクションの場合、申告されたコネクションに0.10が加算される。
  - iii. 4~10人の競技者で構成される連結アクションには、コードにプラス記号 (+) が付く。

- iv. プラス記号 (+) の有無にかかわらず、コネクションは同じテクニック (技) と見なされる。例えば、C4と C4+ は同じテクニック (技) と見なされるため、1つのハイブリッド内では合わせて最大3回しか申告できない。

例：C4 + C4 + C4 C3 C3 が、1つのハイブリッドで申告できる最大回数となる。

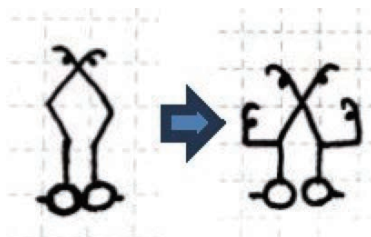
- c) 同じコネクションを2回連続して (1つずつ) 行う場合、それらは、ディスクコネクション (連結の解除/分離)、または連結している脚がVP「コーン」エリアから出ることによって区切られなければならない。

例えば、C2a C2a を申告する場合、競技者は連結し、分離するか、VP「コーン」から出て、再度連結しなければならない：



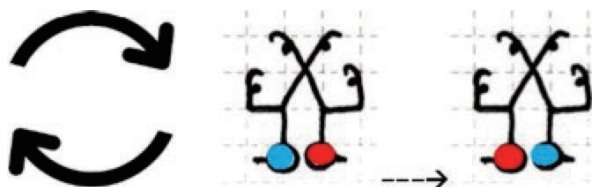
- d) 2つの異なるコネクションを連続して (1つずつ) 行う場合、ディスクコネクション (分離) や VP「コーン」エリアから出ることなく、1つずつ行うことができる。

例えば、C4 C3 と申告した場合、競技者は C4コネクションを行い、その直後に C3コネクションを行うことができる：



- e) 持続した高さで少なくとも180°または360°の回転を行うコネクションの場合：

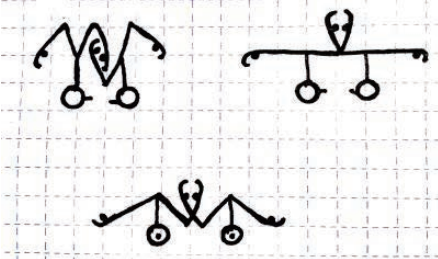
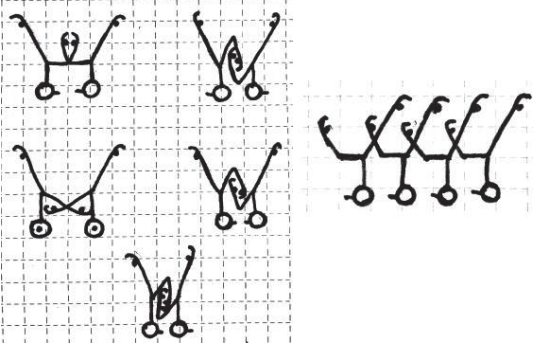
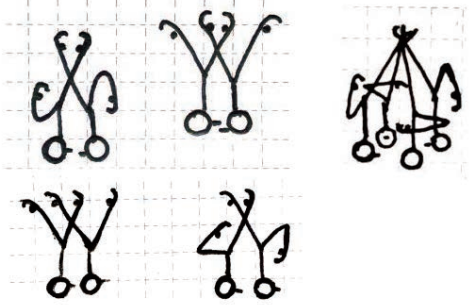
- i. コネクションファミリーの回転は、競技者が回転 (ポジションを変える) しなければならない、(RD1のような)単なる腰のピボットではなく、「コンストラクションの回転」でなければならない。


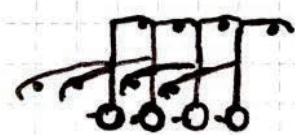
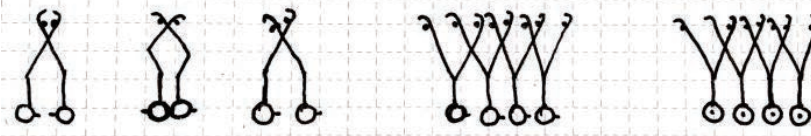


- ii. コネクションを伴う回転は、持続した高さで完了しなければならない—上昇中に回転を開始したり、下降中に終了したりすることはできない。回転中に高さが2レベル下がった場合は、ベースマークの対象となる。

例：デュエットの競技者が両脚コネクションで連結したまま上昇し、まず A3b を完了する。その後、上昇が完了した時点で、180°回転を行い、C6a を申告することができる。

- f) コネクションと同時に上昇 (A2または A3) を申告することはできない。リフトまたは上昇を先に完了させ (膝から上に上昇させ)、それからコネクションを別の動きとして行わなければならない。

レベル	解 説	コード	DD 値
B	<p>水面でのバイクした身体姿勢または VP コーン外のあらゆる姿勢 (どの方向を向いていてもよい)</p> <p>足を水面から浮かせることなく、水面でのコネクションを行う。または VP コーン外のあらゆる姿勢 (どの方向を向いていてもよい) または片脚を身体 (骨盤) に巻き付ける。</p> 	CB 2-3コネクティッド	0.1
		CB+ 4-5、8-10 コネクティッド	0.20
1	<p>C1a: 下の脚 (VP でない脚) が連結したあらゆる片脚 VP 姿勢 (「コーン」エリア) でのコネクション。どの方向を向いていてもよい。</p> <p>C1b: 下の脚と VP 脚の腿でのコネクション (競技者は同じ方向を向いている)、または片脚を身体 (骨盤) に巻きつけるコネクション。どの方向を向いていてもよい。</p> 	C1a C1b 2-3コネクティッド	0.20
		C1a+ C1b+ 4-5、8-10 コネクティッド	0.30
2	<p>C2a: 片脚 (VP 「コーン」 エリア内) の対面コネクション</p> <p>C2b: 片脚後方 (VP 「コーン」 エリア内)、片脚前方 (VP 「コーン」 エリア内) のコネクション</p> <p>C2a または C2b では、片脚または両脚の垂直姿勢で連結し、片脚垂直 (トップ) 脚で明確なコネクションを行う。</p> <p>C2c: C1 コネクションで、持続した高さで少なくとも 180° 回転すること。</p> 	C2a C2b C2c 2-3コネクティッド	0.30
		C2a+ C2b+ C2c+ 4-5、8-10 コネクティッド	0.40

3	脚 (VP「コーン」エリア内)後方または横でのコネクション 任意の片脚または両脚の垂直姿勢で、片脚を後ろまたは横に出し、片方の垂直(「トップ」)脚で明確に連結する。	C3 2-3コネクティッド	0.40
	  → 例外：C3+ (90°に曲げたトップ脚の足先と膝を連結する)	C3+ 4-5、8-10 コネクティッド	0.50
4	両脚 (両脚は VP「コーン」エリア内)でのコネクション。どの方向を向いていてもよい。 両脚を任意の方向に向け、任意の両脚の垂直姿勢 (両脚が垂直に近い状態—両脚は垂直から45°までずらすことができる)で連結する。	C4 2-3コネクティッド	0.50
		C4+ 4-5、8-10 コネクティッド	0.60
5	片脚 (VP「コーン」エリア内)での垂直コネクション回転 (最大の高さでの180°回転)。どの方向を向いていてもよい。 競技者が片脚で連結している場合、その動作は片脚または両脚の垂直姿勢で実施することができる。どの方向を向いていてもよいが、片方の垂直(トップ)脚で明確に連結し、持続した高さで少なくとも180°の回転を行う。	C5 2-3コネクティッド	1.00
		C5+ 4-5、8-10 コネクティッド	1.10
6	C6a：VP「コーン」エリア内での両脚による回転垂直コネクション (最大の高さでの180°以上の回転)。どの方向を向いていてもよい。 両脚で互いに連結し、どの方向を向いていてもよく、両脚による垂直姿勢のバリエーション (2本の脚が垂直に近く、最大45°まで垂直線から傾いていてもよい)で、持続した高さで少なくとも180°の回転を行う。 C6b：片脚による回転垂直コネクション (360°以上の最大の高さでの回転)。どの方向を向いていてもよい。 C5の定義は持続した高さで360°以上の回転を伴うもの。	C6a C6b 2-3コネクティッド	1.25
		C6a+ C6b+ 4-5、8-10 コネクティッド	1.35
7	両脚 (VP「コーン」エリア内)で最大の高さでの360°以上の回転垂直コネクション。どの方向を向いていてもよい。C6aの定義は、持続した高さで360°以上の回転を伴うもの。	C7 2-3コネクティッド	1.50
		C7+ 4-5、8-10 コネクティッド	1.60

チームコネクションの例：

Team of 8	Team of 7	Team of 6	Team of 5	Team of 4
All 8 athletes facing forwards (one behind the other)	All 7 athletes facing forwards (one behind the other)	All 6 athletes facing forwards (one behind the other)	All 5 athletes facing forwards (one behind the other)	All 4 athletes facing forwards (one behind the other)
<b>C4+ or C2b+</b>	<b>C4+ or C2b+</b>	<b>C4+ or C2b+</b>	<b>C4+ or C2b+</b>	<b>C4+ or C2b+</b>
All 8 athletes facing forwards (sideways)	All 7 athletes facing forwards (sideways)	All 6 athletes facing forwards (sideways)	All 5 athletes facing forwards (sideways)	All 4 athletes facing forwards (sideways)
<b>C4+ or C3+</b>	<b>C4+ or C3+</b>	<b>C4+ or C3+</b>	<b>C4+ or C3+</b>	<b>C4+ or C3+</b>
All 8 athletes facing forwards connecting bottom leg with a thigh of VP leg	All 7 athletes facing forwards connecting bottom leg with a thigh of VP leg	All 6 athletes facing forwards connecting bottom leg with a thigh of VP leg	All 5 athletes facing forwards connecting bottom leg with a thigh of VP leg	All 4 athletes facing forwards connecting bottom leg with a thigh of VP leg
<b>C1b+</b>	<b>C1b+</b>	<b>C1b+</b>	<b>C1b+</b>	<b>C1b+</b>
2 groups of 4 athletes facing forwards (one behind the other)	1x4 and 1x3 athletes facing forwards (one behind the other)	2 groups of 3 athletes facing forwards (one behind the other)	1x3 and 1x2 athletes facing forwards (one behind the other)	2 groups of 2 athletes facing forwards (one behind the other)
<b>C4+ or C2b+</b>	<b>C4+*0.5 C2b*0.3</b>	<b>C2b</b>	<b>C2b</b>	<b>C2b</b>
2 groups of 4 athletes facing forwards (sideways)	1x4 and 1x3 athletes facing forwards (sideways)	2 groups of 3 athletes facing forwards (sideways)	1x3 and 1x2 athletes facing forwards (sideways)	2 groups of 2 athletes facing forwards (sideways)
<b>C4+ or C3+</b>	<b>C4+*0.5 C3*0.3</b>	<b>C3</b>	<b>C3</b>	<b>C3</b>
4 groups of 2 athletes (one leg forward/one leg back)	3 groups of 2-3 athletes (one leg forward/one leg back)	3 groups of 2 athletes (one leg forward/one leg back)	2 groups of 2-3 athletes (one leg forward/one leg back)	4 groups of 2 athletes (one leg forward/one leg back)
<b>C2b</b>	<b>C2b</b>	<b>C2b</b>	<b>C2b</b>	<b>C2b</b>
4 groups of 2 athletes facing forwards (sideways)	3 groups of 2-3 athletes facing forwards (sideways)	3 groups of 2 athletes facing forwards (sideways)	1x3 and 1x2 athletes facing forwards (sideways)	2 groups of 2 athletes facing forwards (sideways)
<b>C3</b>	<b>C3</b>	<b>C3</b>	<b>C3</b>	<b>C3</b>
4 groups of 2 athletes with 2-leg connection	3 groups of 2-3 athletes with 2-leg connection	3 groups of 2 athletes with 2-leg connection	1x3 and 1x2 athletes with 2-leg connection	2 groups of 2 athletes with 2-leg connection
<b>C4</b>	<b>C4</b>	<b>C4</b>	<b>C4</b>	<b>C4</b>
2 groups C2b, 2 groups C3 <b>C2b*0.5 C3*0.5</b>	1 C1b - group of 4 + group of 3 <b>C1b*0.5 C1b*0.3 or C1b</b>	C2b - group of 4 + group of 2 <b>C4+*0.5 C2b*0.3</b>	3 doing C2b, 2 doing C3 <b>C2b*0.5 C3*0.3</b>	1 pair doing C4, 1 pair doing C3 <b>C4*0.5 C3*0.5</b>

## 29.6.1.7 ボーナス



### a) パターンチェンジ (PC)

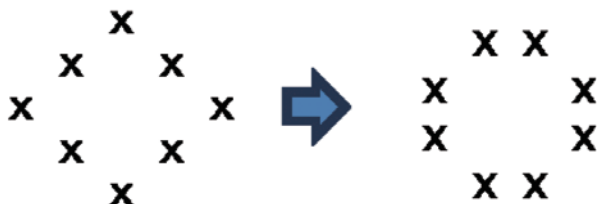
- i. このボーナスは、チーム種目においてのみ、チームメンバー間の空間的な位置関係の変化（フォーメーションの変更）に対して適用される。
- ii. チームテクニカル、チームフリー、フリーコンビネーション ルーティンには、遂行されたパターンチェンジごとに0.20点のボーナスが与えられ、ハイブリッドごとに最大で6回まで申告できる。6回を超えるフォーメーションチェンジを行っても、申告することはできず、追加の得点も与えられない。
- iii. 一つのハイブリッドにおける各パターンチェンジがカウントされる。例えば、ハイブリッドに3回のパターンチェンジが含まれている場合、コーチカードのボーナス欄のコードは3PCとなる。


### パターンチェンジの TC に関する重要事項：

1. 全ての競技者が同じ方向に移動しながら同じパターンを維持しているだけの場合、それはパターンチェンジとはみなされない。
2. パターンチェンジが「トランジショナル（移行的）」なものである場合、つまりあるパターンから別のパターンへ通過的に移る場合、一度動きを止めて、続行する前に新しいパターンを明確に示さなければならない。
3. チームがパターンチェンジを申告した場合、DTC はそのチェンジが明確に試みられたことを確認する必要がある。DTC は、パターンチェンジや新しいパターンのエクスキューションを審査するのではなく、新しいパターンが明確に形成されたことを明確に確認するのみである。
4. 申告されたパターンチェンジに明確さが欠けている場合、つまり新しいパターンへのチェンジが認識できない場合、ベースマークになる。

### その他の注意事項：

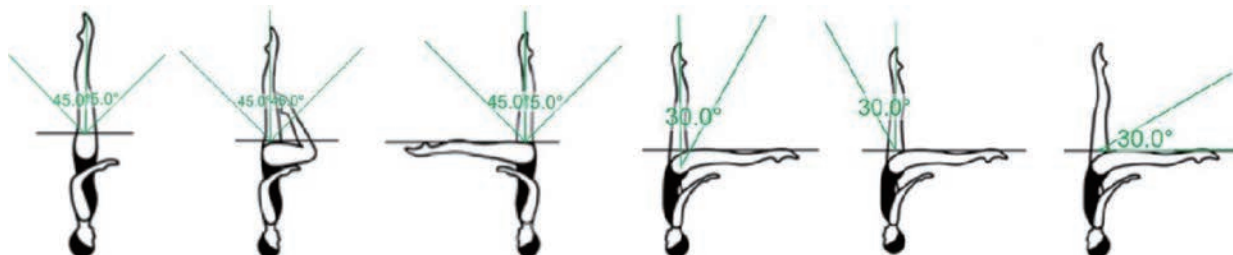
- a. ひし形／ダイヤモンド形  から円  へのチェンジが実行された場合－これは有効 (OK) と見なされる－このとき DTC は、ひし形の角 (ポイント) が見えてはならない。



- b. ひし形／ダイヤモンド形  内で、各競技者が自身を中心に回転する場合（ひし形／ダイヤモンド形を維持したまま）、それはパターンチェンジとはみなされない。

### 29.6.1.8 一般原則

- a) 垂直姿勢 (VP) と示されている場合は、両脚が垂直または垂直に近い状態 (脚は垂直から最大45°傾いていてもよい) のバリエーションを含む。ベントニー、クレーンまたはフィッシュテイルなどの片脚の垂直姿勢も、垂直線から最大45°までの傾きが認められる。ナイト姿勢はフレキシビリティの規定に従う (上の脚または下の脚が最大30°まで)。



- b) 各フリールーティン (シニア、ジュニア、ユース、12U) には、すべてのファミリー (ソロにおけるコネクションを除く) のスキル (技) を含まなければならない。ルーティンの全メンバーは、同じ申告内容 (コーチカード上の同一のスキル申告) でその技を実施しなければならない (ファクター係数には影響しない)。唯一の例外は、フリーコンビネーション (ユースおよび12歳以下) の場合である。この場合、ルーティン内で、ソロ、デュエット、チームの DD ハイブリッド全体でファミリーの申告を1つずつ入れることができる。

例：スキルはスラストレベル3a (スラストと垂直下降) の場合、コーチカード上には T3a と申告される。この動作は、8人全員で同時に行う (完全シンクロ) こともできるし、またはカデンスアクションで行うこともできる。たとえば、4人のつぎに4人、3/3/2、2/2/2/2、あるいは1人ずつ順番に行うなど、さまざまな形が可能である。

- c) 1つのハイブリッドにつき、1ファミリーあたり最大5つの申告が可能である。ただし、同一の技 (テクニック) は最大3回までしか申告できない。例えば、「R」ファミリー申告は5回まで行うことができるが、同じ技は最大3回までとする (つまり、2R1×3回、RO1×2回などは許容される)。

#### デュエットおよびミックスデュエットのみ：

コネクションファミリーについては、1つのハイブリッドにつき最大5つの申告が可能であるが、同一の技 (テクニック) は最大2回までとする。

- d) デイフィカルティ表において異なるファミリーに属する2つの動作が同時に行われる場合、申告できるのはどちらか一方のみである。例えば：

・ VP → オープン 360° → スプリット (RO1) が実行する場合、F1 (任意の姿勢からの素早いスプリット) を同時に申告することはできない。

・ SB (スピン 180°) を「上昇しながらのスピン」として実施する場合、A3 (垂直上昇) を同時に申告することはできない。

・ RU5 (アンバランスツイスト 1800°) が申告され、それが3秒以上かかる場合、AW8を同時に申告することはできない。

- e) チームまたはデュエットにおいて：コード (テクニック/技) がチームまたはデュエットのメンバー全員によって実行されない場合、その値は \*0.5 (競技者の半数が行った場合) または \*0.3 (競技者の半数未満が行った場合) により係数が適用される。この原則は、デュエットでも適用される。つまり、一方の選手がハイブリッド動作を行い、もう一方が水面上で動作を行っている場合 (接続していてもいなくても)、この係数が適用される。

あるコード（例えば、1つのテクニックにつき最大3回まで使用できる場合）に、係数0.5（競技者の半数）または0.3（競技者の半数未満）が適用される場合、その動作は1つのハイブリッド内で最大6回まで申告可能である（係数が適用される場合に限る）。

ファクタリング（係数適用）は、異なるコード／テクニック（技）が競技者によって実施されている場合のみ使用できる。全員が同じコード／テクニック（技）を行っている場合は、ファクタリングを使用することはできない。

係数（ファクタリング）はパターンチェンジボーナスには適用されない。

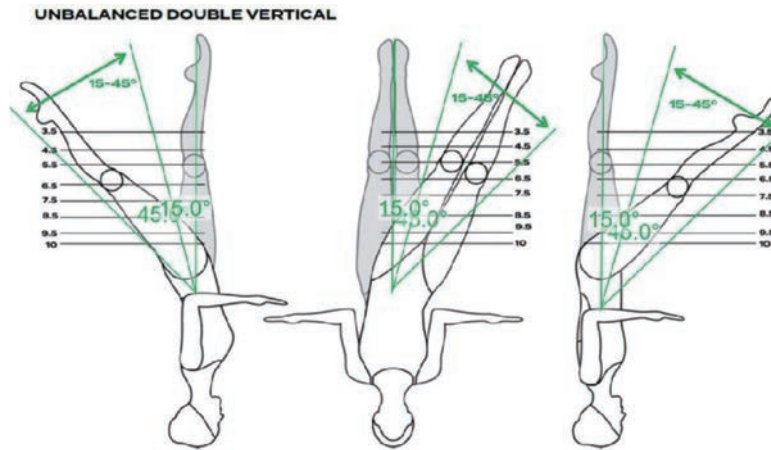
ファクタリング（係数適用）およびフリーコンビネーションルーティン（ユース／12歳以下）に関して：

- 附則5「リクワイヤドエレメント①」には次のように記されている：「少なくとも2つのパートは3名未満で行われ、少なくとも2つのパートは全員で行われなければならない。」
  - 明確化すると、この規定は「チームハイブリッドは常に全員で構成しなければならない」という意味ではない。「全員で行う」部分は、トランジションやアクロバティック要素であってもよい。つまり、ルーティン中で全員が一緒に行う動作が少なくとも2回あれば要件を満たす。
  - チームハイブリッドに関して：コンビネーションルーティン（Combo）では出場人数が4～10人であるため、チームハイブリッドに必要な最少人数は4人である（附則3に記載のとおり）。
  - したがって、コンボ内のチームハイブリッドでは、最小4人で構成する必要がある。しかし、そのハイブリッドをコンボ全体の人数より少ない人数で実施する場合は、「ハイブリッドディフィカルティカタログ」一般原則e)に基づき、ファクタリング（係数適用）を行う必要がある。
  - 例：合計6人で構成されたコンボのチームハイブリッドの場合
    - 例1：4人のみでチームハイブリッドを実施した場合  
→ そのハイブリッドの申告要素はすべて ×0.5 の係数が適用される。
    - 例2：6人全員でチームハイブリッドを実施した場合  
→ 全員参加のため、係数は適用されない（ファクタリングなし）。
    - 例3：ハイブリッドを6人全員で始め、最後に2人のみがレベル3の回転（R3）で終える場合  
→ そのR3には ×0.3 の係数が適用される（R3×0.3）。
- f) カデンス動作を行う場合、そのフルコードは1回のみコーチカードに申告すればよい。ディフィカルティガイドの一般原則e)（ファクタリング）は適用されない。つまり、チーム全員が同一のカデンス動作を順番に／連続的に行う場合（例：1人ずつ、2人ずつ、4/4/2、4/4など）、そのディフィカルティコードは1回だけ申告する。例えば、あるチームの8人の競技者全員がS1（下降／上昇スピンの360°）を1人ずつ順番に行う場合、コーチカードにS1を1回だけ申告する。
- g) アンバランスと記載されている場合、それは両脚が腿から足まで同じ方向、つまり前方、後方、または横向き（身体姿勢がアーチ、パイク、または傾いている）で、明らかに垂直線から外れており、明らかに水面より上にある（水面から外れている）ことを意味する。

片脚が曲がり、もう一方の脚だけがアンバランス方向に伸びていても、曲げた膝によって重心のズレが補正され、身体が安定している場合、アンバランスとは見なされない。

競技会で、競技者の遵守状況を測定するためのテクノロジーが利用可能な場合、VP から15～45度の角度が達成すべき角度となる。0～15度は垂直に近すぎる (too straight) と見なされるためアンバランスとは見なされず、45度より低い角度はVP の定義から逸脱していると見なされる。

テクノロジーを持たないテクニカルコントローラーの場合－アンバランスと申告された動作中に競技者が完全にまっすぐであれば、ベースマークの対象となる。競技者が明らかに45度より低く、水面近くの場合はベースマークの対象となる。





a) 申告されたディフィカルティ動作／コーチカードに関する重要事項

競技者はコーチカードに申告したとおりの技(コード／テクニック)を、申告した順序で実施することが極めて重要である。そうでない場合には減点対象となる。「申告したことを遂行する("Do what you declare!")」ことを強く推奨する。

コーチがコーチカードにある動作を申告したにもかかわらず、競技者がそれをまったく遂行しなかったり(動作が抜けてしまったり)、または、申告した内容と一致しなかったり(コードやテクニックが異なる、または実施順序が違う)した場合、以下の対応が課される：

**フリーハイブリッドについて：**

- ベースマーク(0.5の値)のみが適用される
  - 例えば、あるルーティンハイブリッドが次のように申告されている場合：
    - スラスト・レベル3(T3a)、エアポーンウエイト・レベル3(A3)、スピン・レベル4(S4)、
    - しかし、ある競技者がスピン・レベル4(例えば144°下降スピン)を行わず、S3(1080°下降スピン)を行ったとする。
    - そのルーティンは、このハイブリッドがベースマーク(0.5)となる。
- デュエットまたはチームの場合、たった1人の選手でも申告どおりに動作を行わなかった場合は、減点が適用されることに注意すること。

ハイブリッドの申告は、実際のハイブリッド内での動作順(時系列)と完全に一致していなければならない。

上記の例でいえば、「T3 → A3 → S4」の順で行われる必要がある。もしコーチカード上の順序が水中で実施される順序と異なる場合も、減点の対象となる。

**テクニカルリクワイヤドエレメント(TRE)について：**

- テクニカルルーティンにおいて、テクニカルリクワイヤドエレメント(TRE)はTRE1aまたはTRE1b、TRE2aまたはTRE2b、TRE3aまたはTRE3b、TRE4aまたはTRE4b、TRE5aまたはTRE5bのように申告する。(注：種目によって選択肢が1つの場合は、コーチカード上でアルファベットを付けずに「TRE3」のように申告する。)
- リクワイヤドエレメントはどの順序で実施してもよいが、競技者はコーチカードで申告された順序どおりにテクニカルリクワイヤドエレメントを行わなければならない。もし順序が異なっていた場合は、ルールブックに従い、ペナルティ(ゼロ)が適用される。
- テクニカルリクワイヤドエレメントの直前と直後(breath to breath)に追加の動作を加えることができることに注意すること。これらの動作はディフィカルティに加算されず、追加のハイブリッドとしても扱われないため、コーチカードに記載する必要はない。

**アクロバティック動作(チームおよびデュエット)について：**

- アクロバティックのコードは、アクロバティックカタログに従ってコーチカードに記載する。
- コーチカードの申告と一致しないアクロバティック動作が実施された場合はベースマークが適用される。
- アクロバティック動作におけるベースマークの詳細については、アクロバティックカタログを参照すること。

b) コーチカード凡例：

アクロバティック ベースマーク：

グループA	ACRO-A	アクロバティック動作のコードは、アクロバティックカタログに記載されている通りに「declared difficulty」の欄に記載すること。
グループB	ACRO-B	
グループC	ACRO-C	
グループP	ACRO-P	
ペアアクロ	Acro-Pair	

\*\*\*アクロバティックコードおよびアクロバティックベースマークについては、アクロバティックカタログを参照のこと。

ハイブリッド ベースマーク：

ハイブリッドベースマークは0.5に固定され、ハイブリッドDDの値に加算される。これは申告されたディフィカルティの達成に成功しなかった場合にハイブリッドが得る値(0.5)になる。

ハイブリッドファミリーとボーナス：

ファミリー(グループ)／ボーナス：		ファミリー+レベルコード：
スラスト	T	TB, T1-T9
スピン スピンー上昇／下降 スピンーコンバインド スピンーコンバインド2方向	S SC SCD	SB, S1-S10 SCB, SC1-SC6 SCDB, SCD1-SCD6
ツイスト(トワールとスワールを含む) スワール 片脚ツイスト 両脚ツイスト 2方向ツイスト アンバランスツイスト VP(垂直姿勢)→スプリット スプリット→VP(垂直姿勢)	R 1R 2R RD RU RO RC	RB, R1-R9 RB, R1-R4 1RB, 1R1-1R6 2RB, 2R1-2R10 RD1-RD6 RU1-RU10 ROB, RO1 RCB, RC1
フレキシビリティ	F	FB, F1-F10
エアボーンウエイト	A	AB, A1-A8
コネクション コネクション(2-3人) コネクション(4-5、8-10人)	C C+	CB, C1-C7 CB+, C1+-C7+
パターンチェンジ	PC	1PC, 2PC, etc...
スラスト、エアボーンウエイト、フレキシビリティ、コネクションでは、いくつかの技が1つのレベルにまとめられている。それぞれの技には、何が申告されているかを明確にするために、a、b、c、d、e、fのラベルが付けられている。		

テクニカルリクワイヤドエレメント：

エレメント1	エレメント2	エレメント3	エレメント4	エレメント5
TRE1a	TRE2a	TRE3a	TRE4a	TRE5a
TRE1b	TRE2b	TRE3b	TRE4b	TRE5b

\*注：種目によって選択肢が1つの場合は、文字を含まずにコーチカードに記載する。-例「TRE3」

#### 29.6.1.10 ハイブリッドディフィカルティ表

- a) すべてのハイブリッドは、基本値 (Base Value) またはベースマーク (Base Mark) 0.50から開始し、そのベース値からディフィカルティを加算していく。
- b) 各フリールーティン (シニア、ジュニア、ユース、12U) には、すべてのファミリーから少なくとも1つのスキルを含まなければならない (ソロの場合はコネクションファミリーを除く)。ルーティンのすべてのメンバーは、そのスキルを同一申告としてコーチカードに記載し、同じ動作を実施しなければならない (ファクタリング (係数化) なし)。この唯一の例外は、フリーコンビネーション (ユースおよび12U) において適用され、ルーティン内で、ソロ、デュエット、およびチームの全体でファミリーの申告を1つずつ入れることができる。

例：スキルはスラストレベル3a (スラストと垂直下降) の場合、コーチカードには T3a と申告されている。この技は8人全員で同時 (完全にシンクロナイズする) に行うこともできるし、カデンスアクションとして行うこともできる。例えば、4人の次に4人、3/3/2、2/2/2/2、あるいは1人ずつのように。

- c) 1つのハイブリッドにつき、1ファミリーあたり最大5つの申告が可能である。ただし、同一の技 (テクニク) は最大3回までしか申告できない。

##### デュエットおよびミックステュエットのみ：

コネクションファミリーについては、1つのハイブリッドにつき最大5つの申告が可能であるが、同一の技 (テクニク) は最大2回までとする。

- d) スピン (S) またはツイスト (R) では、1つのハイブリッドにつき、それぞれ最大5回まで申告可能であるが、特定のテクニク (技) は最大3回までとする。表中のスピン (S) またはツイスト (R) の各コードは、特定のテクニク (技) を表す。  
例えば、ツイストの場合、2R1×3、RO1×2と申告することができる。
- e) その他のファミリー (スラスト、エアボーンウエイト、フレキシビリティ、コネクション) では、同一レベル内に複数のスキル (技) が含まれている場合がある。そのため、明確化のために各技術に a, b, c, d, e, f のサブコードが付けられている (例えば、フレキシビリティ・レベル1では、F1a、F1b、F1c と表示)。  
例えば、フレキシビリティの場合、F7×1回、F5a×3回、F1a×1回と申告することができる。
- f) スラストファミリーにおいて「スラスト」とだけ記されている場合は、両脚による動作を意味する。そうでない場合は、片脚であることが明記される。
- g) スピンファミリー
  - i. 上昇スピンと下降スピンの区別はない。例えば、S1 (片脚または両脚のスピン360°) は、上昇でも下降でも可。
  - ii. 「コンバインド」と記載されている場合は、コンバインド (下降→上昇) スピンまたはリバースコンバインド (上昇→下降) スピンを意味する。
- h) チームテクニカル、チームフリールーティン、およびフリーコンビネーションルーティンには、実行されたパターンチェンジごとにボーナスが含まれ、その値は1回につき0.20点である。ただし、申告できるパターンチェンジはハイブリッドごとに最大6回までである。6回を超えてパターンチェンジを行って申告することはできず、追加の加点を受けることもない。

HYBRID DIFFICULTY TABLE (SEPTEMBER 2025)

バージョン5.2-2025年10月

レベル	スラスト (T)	スピン (S)		ツイスト トワール/スワール含 (R)		エアボーンウエイト (A)	フレキシビリティ (F)	コネクション (C)	
ベレーシック (B)	片脚または両脚スラスト →水面でクラッシュ	<b>SB=0.15</b>	スピン180° (片脚または両脚)	<b>RB=0.10</b>	スワール180°/ターン 180° 非持続または アップダウン	逆さタック、テーブルトップ またはバリエーションから片脚姿勢 ヘリフト	上向き水平からサーフェスア ーチまたはベントニーサーフェスア ーチ	水面でのバイクした身体姿勢ま たはVP「コーン」エリア外のあ らゆる姿勢 (どの方向を向いて いてもよい)	
	<b>TB=0.30</b>	<b>SCB=0.35</b> <b>SCDB =0.40</b>	コンバインド180° (片脚または両脚) 2方向コンバインド180° (片脚または両脚)	<b>1RB=0.15</b> <b>2RB=0.20</b> <b>ROB=0.25</b> <b>RCB=0.25</b>	片脚ツイスト/トワール 180° ツイスト/トワール180° (VP) VP→オープン180°→ スプリット スプリット→クローズ 180°→VP		<b>FB=0.05</b>	<b>CB=0.10</b> <b>CB+=0.20</b>	
1	片脚スラスト→垂直下降	<b>S1=0.35</b>	スピン360° (片脚または両脚)	<b>R1=0.20</b>	スワール360°/ローテー ション360° 非持続ま たはアップダウン	a) フロントバイクから片脚 姿勢ヘリフト b) 片脚の下降 c) 逆さタック、テーブルトップ またはバリエーションからVPヘ リフト d) フィッシュテイル、ベント ニーVPまたはスプリット からVPに揃える	a) 任意の姿勢から素早い スプリット b) 任意の姿勢から素早い ナイト姿勢 c) ベントニーサーフェスア ーチからナイト (ベントニーを 伸ばしてナイトへ)	a) 下の脚 (VPでない脚) が連結したあらゆる片脚 VP姿勢 (「コーン」エリ ア) でのコネクション。どの 方向を向いていてもよい。 b) 下の脚とVP脚の腿を連結 する (同じ方向を向いてい る競技者) か、片脚を身 体 (骨盤) に巻きつける。 どの方向を向いてても よい。	
	<b>T1=0.45</b>	<b>SC1=0.80</b> <b>SCD1 =0.85</b>	コンバインド360° (片脚または両脚) 2方向コンバインド360° (片脚または両脚)	<b>1R1=0.35</b> <b>2R1=0.45</b> <b>RD1=0.50</b> <b>RU1=0.55</b> <b>RO1=0.55</b> <b>RC1=0.55</b>	片脚ツイスト/トワール 360° ツイスト/トワール360° (VP) 2方向360°(VP) アンバランスツイスト/ト ワール360°(VP) VP→オープン360°→ スプリット スプリット→クローズ 360°→VP		<b>F1=0.10</b>	<b>C1=0.20</b> <b>C1+=0.30</b>	
2	a) 片脚スラスト →スピン180° b) 片脚スラスト →トワール180° + クラッシュ	<b>S2=0.75</b>	スピン720° (片脚または両脚)	<b>R2=0.40</b>	スワール720°	a) VPでの垂直下降 (アイ ソレイティッド動作を伴う または伴わない) b) フロントバイクから180° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニーVP、フィッシュ テイルほか)	a) ウォークアウトフロント (呼吸まで) b) スプリットからフロントバイク (ストレートレグで180°の 弧を描く) c) 水面でのスプリット/バリエ ーション (少なくとも2つの異なるスプ リットを行う)	a) 片脚 (VP「コーン」エリ ア内) の対面コネクション b) 片脚後方 (VP「コー ン」内)、片脚前方 (VP 「コーン」内) のコネクション c) C1コネクション、最大の高さ での少なくとも180°回転	
	<b>T2=0.50</b>	<b>SC2=1.60</b> <b>SCD2 =1.65</b>	コンバインドスピン720° (片脚または両脚) 2方向コンバインド720° (片脚または両脚)	<b>1R2=0.75</b> <b>2R2=0.95</b> <b>RD2=1.05</b> <b>RU2=1.15</b>	片脚ツイスト720° ツイスト720° (VP) 2方向720° (VP) アンバランスツイスト 720° (VP)		<b>A2=0.15</b> <b>F2=0.20</b>	<b>C2=0.30</b> <b>C2+=0.40</b>	
3	a) スラスト+垂直下降 b) 片脚スラスト →スピン360° c) 片脚スラスト →トワール180°+下降 d) スラスト→フレキシビリ ティ→クラッシュ	<b>S3=1.15</b>	スピン1080° (両脚)	<b>R3=0.60</b>	スワール1080°	a) フロントバイクからVP (ボーンスプリット) b) 片脚または両脚での 垂直上昇 (アイソレイ ティッド動作を伴うまたは 伴わない)	a) スプリットからVPを通過して 両脚を入れ替えてスプリット b) アリアーナローテーション c) 右脚と左脚のナイト姿勢の 組み合わせ	片脚 (VP「コーン」エリア内) 後方または横でのコネクション	
	<b>T3=0.65</b>	<b>SC3=2.40</b> <b>SCD3 =2.45</b>	コンバインド1080° (両脚) 2方向コンバインド 1080° (両脚)	<b>1R3=1.15</b> <b>2R3=1.45</b> <b>RU3=1.75</b>	片脚ツイスト1080° ツイスト1080° (VP) アンバランスツイスト 1080° (VP)		<b>A3=0.20</b> <b>F3=0.30</b>	<b>C3=0.40</b> <b>C3+=0.50</b>	
4	a) 片脚スラスト →スピン720° b) スラスト→ フレキシビリティ+下降 c) スラスト→スピン180° d) フライングフィッシュ (→下降) e) スラスト→トワール 180°(VP)+クラッシュ	<b>S4=1.55</b>	スピン1440° (両脚)	<b>R4=0.80</b>	スワール1440°	a) フロントバイクから360° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニーVP、フィッシュ テイルほか) b) フロントバイクから180° 回転しながらVP	a) ベントニー下向き水平から ベントニーサーフェスア ーチ姿勢 または 下向き水平からストレート レグでスプリット b) サーフェスア ーチ姿勢から 垂直軸/弧を通過し、 ストレートレグでナイトまた はスプリット c) ベントニーサーフェスア ーチからベントニーVP d) ベントニーサーフェスア ーチからナイト (伸ばしていた脚 を垂直に上げ、曲げていた 脚を水面上に伸ばす) e) フィッシュテイルからナイト (水平面、水面に沿って) f) フィッシュテイルからナイト (VPを通過)	両脚 (両脚はVP「コーン」エリ ア内) でのコネクション。どの方 向を向いていてもよい。	
	<b>T4=0.80</b>	<b>SC4=3.20</b> <b>SCD4 =3.25</b>	コンバインド1440° (両脚) 2方向コンバインド 1440° (両脚)	<b>1R4=1.55</b> <b>2R4=1.95</b> <b>RD4=2.15</b> <b>RU4=2.35</b>	片脚ツイスト1440° ツイスト1440° (VP) 2方向1440° (VP) アンバランスツイスト 1440° (VP)		<b>A4=0.45</b> <b>F4=0.40</b>	<b>C4=0.50</b> <b>C4+=0.60</b>	

レベル	スラスト (T)	スピンの (S)		ツイスト トワール/スワール含 (R)		エアボーンウエイト (A)	フレキシビリティ (F)	コネクション (C)	
5	a) スラスト→スピン360° b) スラスト→トワール180°(VP)+下降 c) スラスト→フレキシビリティ→スピン180° d) フライングフィッシュスピン180° または スラストフィッシュテイルヘリコプター→スピン180° e) 片脚スラスト→トワール180° →スピン360°	S5=1.95 SC5=4.00 SCD5=4.05	スピン1800° (両脚) コンバインド1800° (両脚) 2方向コンバインド1800° (両脚)	1R5=1.95 2R5=2.45 RU5=2.95	片脚ツイスト1800° ツイスト1800° (VP) アンバランスツイスト1800° (VP)	フロントバイクから360°回転しながらVP	a) ナイトからVP または ナイトからVPを通過してフィッシュテイル b) ベントニーサーフェスアーチからVP c) ナイトローテーション 180° (ナイト姿勢でのツイスト)	片脚 (VP「コーン」エリア内)での垂直コネクション回転 (最大の高さでの180°以上回転)。どの方向を向いていてもよい。	
	T5=0.90				A5=0.65	F5=0.50	C5=1.00	C5+=1.10	
6	a) スラスト→フレキシビリティ→スピン360° b) スラスト→トワール180°(VP)→スピン360° c) フライングフィッシュ360° または スラストフィッシュテイルヘリコプター→スピン360°	S6=2.35 SC6=4.80 SCD6=4.85	スピン2160° (両脚) コンバインド2160° (両脚) 2方向コンバインド2160° (両脚)	1R6=2.35 2R6=2.95 RD6=3.35 RU6=3.55	片脚ツイスト2160° ツイスト2160° (VP) 2方向2160° (VP) アンバランスツイスト2160° (VP)	片脚または片脚と両脚の組み合わせによる3秒以上の持続した高さ または 安定かつ固定された片脚姿勢でのアイソレイトッド動作 (VPの定義にある0~45度の範囲内) -もう一方の脚 (固定されていない脚) で行われる3秒以上持続したアイソレイトッド動作 または 2つのテクニク (技) の組み合わせ	a) サイクロン 180° (ベントニーサーフェスアーチ→トワール180°→VP) b) ナイトローテーション 360° (ナイト姿勢でのツイスト) c) ナイトから180°回転しながらVPに揃える d) 3秒以上持続して行う水面上でのフラットスプリットまたはスプリットバリエーション	a) 両脚 (VP「コーン」エリア内)での垂直コネクション回転 (最大の高さでの180°以上回転) どの方向を向いていてもよい。 b) 片脚 (VP「コーン」エリア内)での垂直コネクション回転 (最大の高さでの360°以上回転) どの方向を向いていてもよい。	
	T6=1.10				A6=1.15	F6=0.65	C6=1.25	C6+=1.35	
7	スラスト→スピン720°	S7=2.75	スピン2520° (両脚)	2R7=3.45 RU7=4.15	ツイスト2520° (VP) アンバランスツイスト2520° (VP)	VPでの3秒以上の持続した高さ	サーフェスアーチからVP	両脚 (VP「コーン」エリア内)での垂直コネクション回転 (最大の高さでの360°以上回転) どの方向を向いていてもよい。	
	T7=1.50				A7=1.45	F7=0.75	C7=1.50	C7+=1.60	
8	スラスト→フレキシビリティ→スピン720°	S8=3.15	スピン2880° (両脚)	2R8=3.95 RU8=4.75	ツイスト2880° (VP) アンバランスツイスト2880° (VP)	アンバランスな姿勢で行うVPでの少なくとも3秒以上の持続した高さ	a) ナイトから360°回転しながらVPに揃える b) ベントニーサーフェスアーチ姿勢から360°回転しVP (ナビローテーション360°)		
	T8=1.70				A8=1.65	F8=0.90			
9	a) 高さ8.5 (ウエスト) 以上のスラスト→スピン1080°以上 b) 高さ8.5 (ウエスト) 以上のスラスト→VP膝上以上の高さでキャッチ (明確な停止-安定した高さで1秒以上保持)	S9=3.55	スピン3240° (両脚)	2R9=4.45 RU9=5.35	ツイスト3240° (VP) アンバランスツイスト3240° (VP)		サーフェスアーチ姿勢から180°回転しながらVP		
	T9=2.00					F9=1.00			
10		S10=3.95	スピン3600° (両脚)	2R10=4.95 RU10=5.95	ツイスト3600° (VP) アンバランスツイスト3600° (VP)		サーフェスアーチ姿勢から360°回転しながらVP		
						F10=1.30			

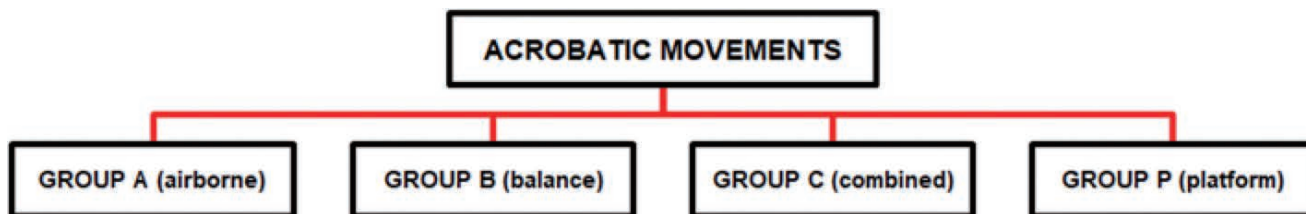
## 29.7 附則7 アクロバティックカタログ

### 29.7.1 チームアクロバティックカタログ

#### 29.7.1.1 アクロバティック動作の分類、用語、アルゴリズム


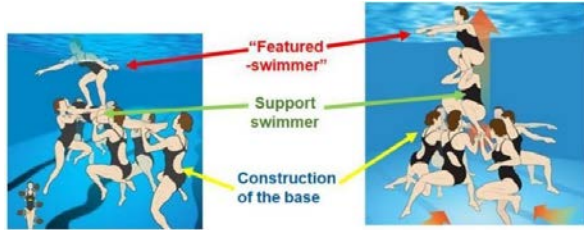
##### メイングループ


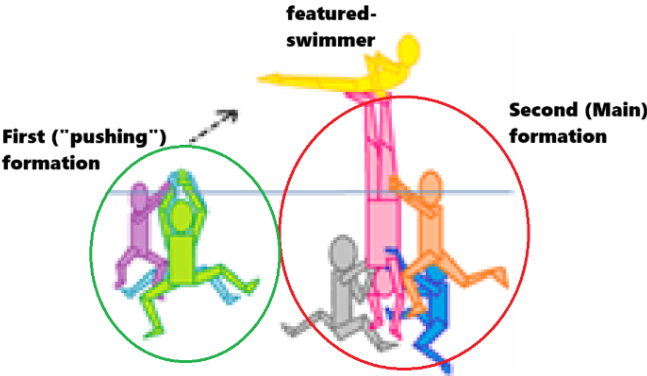
すべてのアクロバティック動作は4つの主なグループに分けられる：



- **グループA -「エアボーン」**
  - このグループのすべての要素は空中にいるフィーチャードスイマーによって実行される。
- **グループB -「バランス」**
  - このグループのアクロバティック動作はサポートまたはベースの上で実行され、サポートスイマーまたはベーススイマーと動作の開始から終了までコネクションされる。
- **グループP -「プラットフォーム」**
  - このグループのアクロバティック動作はチームメンバーが連携し安定したコンストラクションを形成し、1人または複数のスイマーが持ち上げられ、ポーズまたは動作を行う。このグループは水中に飛び込む、またはコンストラクションから降りる（入水する）ことで終了する場合がある。
- **グループC -「コンバインド」**
  - このグループのアクロバティック動作は、上記の3つの特徴を1つのアクロバティック動作の中で組み合わせたもの。

重要用語	
a.	<p><b>アクロバティック動作</b></p> <p>ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの総称で、高度な体操の技やリスクな空中技、バランス技またはそれらの組み合わせで、ASの演技に組み込まれ、他のスイマーと協力して達成される。チームのアクロバティック動作はエレメントとしてみなされ、4人かそれ以上で行われる（例：3人のベーススイマー＋1人のフィーチャードスイマー；2人のベーススイマー＋1人のフィーチャードスイマーとそれを押し上げる1人のサポートスイマー）。開始と終了は必ず水中で行われなければならない。3人のスイマーかそれ以下で行われるアクロバティック動作はペアアクロバティックまたはペアアシスト動作としてみなされる。</p> <p>例：これはアクロバティック動作として認められない。</p>

		<p>注：チームルーティンでは、3人かそれ以上のスイマーで構成される振付のフォーメーションを見ることがあるが、これは「チームアクロ」とはみなされず、ペアアシストのような動作に見えるものがある。フィーチャードスイマーは通常、水中に半分浸かるか、または水面にいて、「完全に」空中に上がることはない。これはOKで、トランジションやアーティスティックインプレッションの領域となる。コーチカードに「チームアクロバティック」として申告されていない、このようなアシスト付きの振付の場合、DTCがカタログに該当する要素を見つけられなければ、超過エレメントとしてのペナルティは受けない。</p> 
b.	ベーススイマー	上部にいるフィーチャードスイマーまたはサポートスイマーとフィーチャードスイマーと一緒に押し上げる／持ち上げる役目のスイマーのこと。
c.	サポートスイマー *表中では「(S)」と略記される	3階層で構成されるコンストラクションにおいてベーススイマーの上部で浮上または保持するミドルスイマーのこと。例：グループAにおけるスタック、スタンダードプラットフォーム、および「Sq」コンストラクション。
d.	フィーチャードスイマー *表中では「(F)」と略記される	サポート／ベーススイマーの上での動作、または空中でアクロバティック動作を実行するトップスイマー（フライヤーまたはフィーチャードスイマー）
e.	コンストラクション	アクロバティック動作における役割分担（ベース+サポート+フィーチャードスイマー）に応じて、すべてのスイマーが協力して行う作業の総称。コンストラクションとは、アクロバティック動作の「idea」(アイデア)、「skelton」(骨組み：最低必要条件)、「architecture」(建築)である。
f.	ベースのコンストラクション	<p>1人以上の「フィーチャードスイマー」がアクロバティック動作を行うための（水面下または水面上の）サポートを形成するために、チームメンバーが協力して行う行動の名称。ベーススイマー、時にはスポッターも含まれる。</p> 

g.	<b>スポッター (ヘルパー)</b>	<p>コンストラクションの中で、追加の (持ち上げる、または押し上げる) サポートを行う役割を担うスイマーのこと。通常、「メイン」コンストラクションの近くに配置される。</p> <p>彼らはフィーチャードスイマーに付いている。少数(1~4人)の別々のスポッターやスポッターの「ペア」(別名「ペアブースト」)を持つことも可能である。彼らの役割は、フィーチャードスイマーや、時にはサポートスイマーに追加のサポートや補助を提供する。</p> <p>例：フィーチャードスイマーはヘッドダウンの owl ポジションでスタックの上に乗せられ、スポッターの1人がフィーチャードスイマーの後足を持つ。</p> 
h.	<b>フォーメーション</b>	<p>2組以上 (これらの間には距離があり、分かれている) のグループから構成される。これらのグループがよく同期していることで、アクロバティック動作の実行が保証される。フォーメーションの1組が適切に機能しなければ、アクロバティック動作全体が失敗する。</p>  <p>1つ目の (プッシング) フォーメーションは、フィーチャードスイマーが離れ、2つ目の (メイン) フォーメーションにジャンプまたはトランジットする前に、押す／投げるスイマーのグループ。</p> <p>2つ目の (メイン) フォーメーションはフィーチャードスイマーがアクションを実行するためのサポートを形成するスイマーのグループ。</p>
i.	<b>ジャンプ</b>	<p>フィーチャードスイマーが両脚を使ってコンストラクションからジャンプし、空中に飛び出す／サポートから離れる時の「反発フェーズ」を含む動作。</p>
j.	<b>スロー</b>	<p>フィーチャードスイマーが、ベースまたはサポートスイマーのコンストラクションによって空中に投げられる／サポートから離れる動作。この時、フィーチャードスイマーの脚による「反発フェーズ」はない。</p>
k.	<b>スタック</b>	<p>フィーチャードスイマーが、垂直姿勢 (ヘッドダウンまたはヘッドアップ) のサポートスイマーの上に座る、立つ、横たわる。</p>
l.	<b>リフト</b>	<p>フィーチャードスイマーがベーススイマーの上に座る、立つ、横たわる。リフトとみなされるためには、フィーチャードスイマーは水面から (離れて、できるだけ高く) 持ち上げられなければならない。</p>

m.	プラットフォーム (スタンダード)	ベーススイマーが水中から水平姿勢にあるサポートスイマーを持ち上げ、そのサポートスイマーの上で、フィーチャードスイマーが立ったり、座ったり、横たわったりしている。いくつかのプラットフォームは、水面に形成される場合がある。  プラットフォームはフィーチャードスイマーがジャンプ／降りることでアクロバティックを終了する。
n.	フロート	ベーススイマーおよび／またはサポートスイマーによって、安定した幾何学的図形（両脚または両手またはその両方）を水面上に形成する。いくつかの例外においては、フロートを水中から持ち上げることもできる。  フロートはフィーチャードスイマーがジャンプ／降りることでアクロバティックを終了する。
o.	フィーチャード スイマーが沈むまで	一般原則 g) ポジション (vii) に沿って、フィーチャードスイマーのウエスト（ヘッドダウンの時）、膝（ヘッドアップの時）、または全身（水平の時）が水中に沈んでいる状態と定義される。
p.	サポート／ベース スイマーが沈むまで	サポート／ベーススイマーの身体が完全に水中に沈むことと定義される。

## 合計難易度のアルゴリズム

各アクロバティック動作の DD の「基本の」計算アルゴリズム：

$$BM + C + S + D + P + R + T + B = DD$$

**BM** – ベースマーク0.5ポイント（「各アクロバティックの開始またはベースの値」）

**C** – コンストラクション

**S** – サポートエリアとコネクションのタイプ

**D** – 方向

**P** – ポジション

**R** – コンストラクションの回転

**T** – 空中におけるフィーチャードスイマーの回転面と回転の角度

**B** – ボーナス

**DD** – 難易度

注：すべてのアクロにすべてのコンポーネントが必要とは限らない。詳細については、「一般原則 n) 最低申告要件」を参照すること。

すべてのメイングループのベースマークは同じで値は0.5。

ベースマークはアクロコードのスタート点である。各コンポーネントの DD がベースマークの値に加算されることを意味する。

### 29.7.1.2 一般原則&ルール

- ワールドアクアティクスの文書は、他のいかなる文書やビデオ例（AQUA など）よりも優先される。
- ハイブリッドの判断に関する AS マニュアルおよびハイブリッドカタログに記載されているように、同じ原則が TC のアクロバティックも適用される。つまり、TC は水面または水面上で確認できる要素に焦点を当てること。

c) 特定の角度や高さの遵守が求められるアクロバティック動作や申告に関しては、次のとおり：

- i . 競技会において、分析ソフトウェアを用いて競技者の規定の角度や高さへの適合性を正確に測定できるテクノロジーが利用可能である場合、規定の角度や高さへの明確な不適合は、ベースマークの対象となる。
- ii . テクノロジーがない場合のテクニカルコントローラーは、規定の角度または高さを遵守していない非常にオヴィアスなもの、またビデオ判定で明確なものにすべきである。(角度／高さが大きく外れているものは疑う必要はない)判定が難しく疑わしい場合、判定は選手に有利になる。

d) 画像と記載された表の不一致

画像と記載されている表に相違がある場合は、「記載されている解説」が常に優先される。画像はあくまで例として提示するためのもの。「記載されている解説」に沿っている限り、他のバリエーションも認められる場合がある。

e) 2つのアクロバティック動作

2つの同じアクロバティック動作が同時に行われた場合、1つのアクロバティック動作としてみなされ、アクロバティック動作のボーナス「Dbl」が加算される。

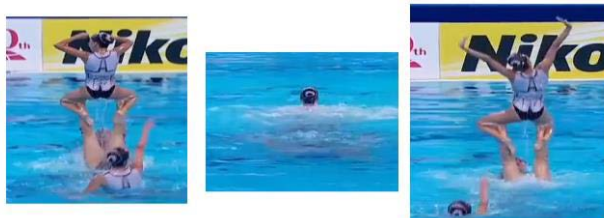


f) ダブルアクロバティック動作のボーナス

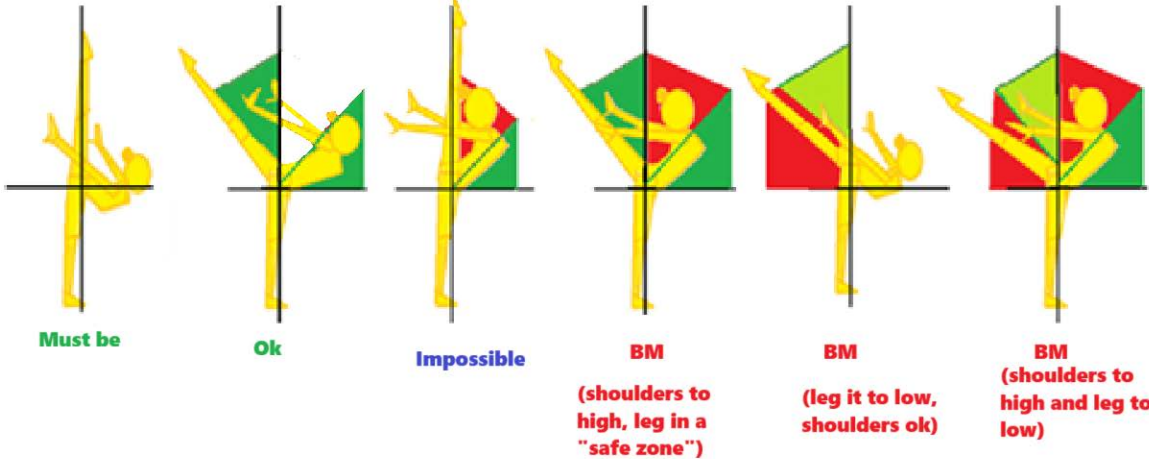
- i . エレメントジャッジはタイミングではなく、ポジションのデザインに注目する。
- ii . しかし、コーチカードに2つのアクロバティック動作が同時に行われる(ダブルアクロバティック動作にシンクロナイズドアクションのボーナスコード「Dbl」が使用されている)と申告されているにもかかわらず、2つのアクロバティック動作が明らかにタイミングを外して行われた場合(大きな時間差)、ボーナスは実行されなかったとみなされ、このアクロバティック動作はベースマークとなる。
- iii . 2つの異なるアクロバティック動作を同時に行うことはできない。この条件を満たさない場合、両方のアクロバティック動作がベースマークとなる。

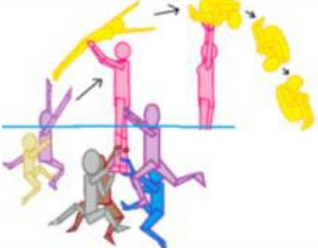


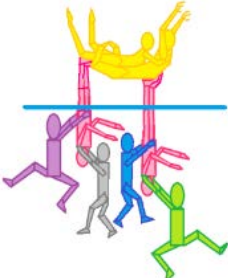
iv . 沈みの有無にかかわらず、これは2つの別々のアクロバティック動作となる。






g) ポジション (すべてのグループ)

i.	申告されたポジションはフィーチャードスイマーによって示されたポジションのことである。
ii.	水面のスタートポジションはviiの通りで、最低限の高さを満たしていないため考慮しない。従ってポジション1とは認められない。
iii.	<p>すべての申告されたポジションは、表に記載されているものから45°の許容範囲がある。</p> <p>注：ポジション (Needle, Sail, Queen, Eye) が胴体の傾きを必要とする場合 (脚の角度だけでなく)、胴体と脚それぞれに45°の許容範囲が適用される。</p> <p>Needle ポジションの例：</p>  <p>The diagram illustrates six variations of the Needle position. Each variation shows a swimmer's silhouette with a vertical line representing the water surface. The swimmer's body and legs are positioned relative to this line. The labels below each diagram indicate the status of the position: 'Must be' (green), 'Ok' (green), 'Impossible' (blue), and three 'BM' (red) positions with specific annotations: '(shoulders to high, leg in a "safe zone")', '(leg it to low, shoulders ok)', and '(shoulders to high and leg to low)'.</p>
v.	指定がない限り、腕と手の位置またはキャプチャは任意。
vi.	<p>ポジションは明確に示されなければならない。</p> <p>45°の許容範囲内で、明確に定義された形に固定されたポジションの短い停止を見なければならない。</p> <p>注：グループAまたはCでは、複数回のサマソール中に、一部のポジションが「通過」に見える場合がある。TCは、スローモーションで45°以内の明確な形を確認する。45°以内でポジションが実行されたと確認できる場合は、BMとはみなされない。</p>
vii.	<p>すべてのメイングループ (ポジション1、ポジション2、ボーナスとしてポジション3) において、申告されたポジションは明確に示され、以下の基準より高くなければならない：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ヘッドアップポジションでは、膝</li> <li>• ヘッドダウンポジションでは、ウエスト</li> <li>• 水平及び「フリー」ポジションでは、全身が水上</li> </ul>
viii.	<p>ポジションは実行する順番に申告しなくてはならない。ポジションが明確に見え、viiに規定された高さの許容範囲を超えている場合は、必ず申告しなければならず、省略することはできない。</p> <p>申告されずに2秒以上ポジションを保持した場合は、ポジション1とポジション2の間も含め、ベースマークの対象となる。ポジション1からポジション2への移行は、直接的な経路をたどらなければならない。</p>

ix.	<p>ポジション2はポジション1とは異なるポジションを申告する必要がある。つまり、同じポジションコードを連続して申告することはできず、表に記載されている異なるポジションコードである必要がある。このルールは、3つ目のポジションのボーナスには適用されない。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 例1 : Group B : he/2he = 不可 , but he/2gl = is OK</li> <li>• 例2 : Group A : kt/2kt = 不可 , but kt/2tk = is OK</li> <li>• 例3 : Group P : bb/2ow + Pos3 bonus (switch legs and do another ow) =ok (DTCはポジション2からポジション3のボーナスへの明確なポジションの変化を確認する必要がある)</li> </ul>
x.	<p><b>グループA (グループCでも使用される) 1つ目のポジションの定義 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1つ目のポジションは、テイクオフポジションに続いて、フィーチャードスイマーが空中で明確に示したポジションとなる。</li> <li>• 例1 : フィーチャードスイマーがコンストラクションからlineでテイクオフし、すぐに脚をパイクポジションに持ち上げてサマソール1回転を行う。この場合、「pike」がポジション1となる。</li> <li>• 例2 : フィーチャードスイマーがコンストラクションからlineでテイクオフし、そのポジションを保ちながらヘッドアップでフルツイストを行う。この場合、「line」がポジション1となる。lineはアクロバティックの主要な動作中に示されるため(したがって、テイクオフポジションだけではない)、ポジション1となる。</li> <li>• 下図において、最初に申告される姿勢は tuck 姿勢となる。</li> </ul> 
xi.	<p><b>グループB (グループPでも使用される) 1つ目のポジションの定義 :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1つ目のポジションは、高さの許容範囲より上の状態にあるフィーチャードスイマーによって明確に示される (viiの通り)。これには、「上昇」中の移行ポジションは含まれない。</li> <li>• フィーチャードスイマーが水中から立ち上がり、viiに規定された高さ(膝/ウエスト)を超えてポジションをとり、そのポジションを明確に示している場合、それは必ずポジション1として申告しなければならない。 <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 例1 : フィーチャードスイマーは水面でタックポジションで開始する。アクロバティック動作が浮上を始めた時、スイマーはウエストより上で両脚を開き「owl」ポジションを示した場合はOK。この場合「owl」がポジション1となる。(タックではなく、セットアップ/上昇姿勢とみなされる)</li> <li>◦ 例2 : プラットフォームでフィーチャードスイマーは水中でパイクポジションにある。コンストラクションが浮上をしている間、フィーチャードスイマーはポーパス動作をしてBambooポジション(ウエストより上で完了)をした。この場合「bamboo」がポジション1となる(なおフィーチャードスイマーはポーパス動作をしながら通過しているため「box」はポジションにはならない)(boxは上昇姿勢とみなされる)。</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● コンストラクション上昇時： <ul style="list-style-type: none"> <li>○ コンストラクションが浮上している間、DTC はフィーチャードスイマーが両脚で立ってから片脚立ちの動作を開始することを目視できる（例、Heron, Needle など）</li> <li>○ アクロバティック動作のこのフェーズはグループ Aにおける「テイクオフ」と同じであると考慮されるので、この「立ち上がる／上昇中」姿勢（ポジション1への移行）はカウントしない。</li> <li>○ DTC は、フィーチャードスイマーが完全に伸びた状態でスタンド (sd) ポジションを保持している時間をチェックする。2秒を超える場合は、スタンド (sd) をポジション1として申告する必要がある。そうでない場合は、ベースマークとなる。</li> <li>○ 競技者がまだ立ち上がる／起き上がる途中で、スタンド (sd) ポジションを2秒を超えて保持しない場合は、この立ち上がりポジションを申告してはならず、コーチはその後に実施する片脚のポジションのみを申告する必要がある。</li> </ul> </li> <li>● ハンドスタンドの場合： <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 例1：フィーチャードスイマーの脚が bamboo に到達するために「owl」または「box」を通過した場合、コーチは bamboo を1つ目のポジションとして申告する必要がある。</li> <li>○ 例2：フィーチャードスイマーが水面でタック状態で開始し、その後すぐに「owl」または「box」のポジションに開き、viiに従って高さの許容範囲を超えて明らかに停止する場合、コーチは「owl」／「box」ポジションを1つ目のポジションとして申告する必要がある。</li> </ul> </li> </ul>
xii.	<p>フライアバブ（飛び越え）フォーメーション（コンストラクション：Thr<sup>^</sup>2F または Thr<sup>^</sup>Lh）のグループCのポジションの定義：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● フィーチャードスイマーが2人いる場合、ポジション1は1人目のフィーチャードスイマー（通常はリフトされるのでグループBが使用される）のポジションを示し、ポジション2は2人目のフィーチャードスイマー（通常は飛ぶのでグループAが使用される）のポジションを示す。</li> <li>● 他のすべてのポジションは、3つ目のポジション（「Pos3」）のボーナスで示さなければならない。</li> </ul>
xiii.	<p>グループCのコンストラクション：Thr+Thr または Sn の場合：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ポジション1は、1つ目のフィーチャードスイマー（先頭）のポジションを示す。</li> <li>● ポジション2は、2つ目のフィーチャードスイマー（次に続く）の位置を示す。</li> <li>● それ以降のポジションは、3つ目のポジションでボーナスとして申告されることがある。</li> </ul>
xiv.	<p>アクロバティック動作で、2人のフィーチャードスイマーが<u>同じポジション</u>を同時に示した場合</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1つのポジションのみを申告しなければならない（ポジション2はポジション1とは異なる必要があるというルールによるため）。</li> <li>● 以下の例：両方のフィーチャードスイマーが cobra を実行する。コーチは cobra を1回だけ申告する。</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>

xv.	<p>表に従って<u>ハンドキャプチャ</u>が必要な場合、明確でコントロールされた保持を<b>必ず</b>見せなければならない（「タップ」タッチではない）。握ったままでなければならない。掴みを「保持」する時間は指定されていないが、明確でコントロールされていること。</p>  <p>フィーチャードスイマーは脚の「内側」または「外側」を掴むことができ、膝、足、すね、足首など、脚のどの部分でも良い。ハンドキャプチャ（およびハンドキャプチャへの移行）は、フィーチャードスイマー自身が、自身の能力のみで、サポートスイマーやベーススイマーの助けを借りずに行う必要がある。</p>						
xvii.	<p>反対側の腕とは：</p> <p>a) ポジションの解説に<b>反対側の腕</b>を示さなければならないと記載されている場合、同じ脚と腕でキャッチしてはならず、使った場合はベースマークになる。</p> <p>例：左脚を右腕でキャッチしなければならないが、左脚を左腕でキャッチしてはいけない。反対に、右脚を左腕でキャッチしなければならないが、右脚を右腕でキャッチしてはいけない。</p> <p>b) 反対側の腕でキャッチをする際は、他の腕や手の助けを借りずに直接行わなければならない。</p> <p>例：フィーチャードスイマーが右脚で立ち、左脚を後ろまたはサイドにキックし、次に右腕／手で左脚をキャッチする必要がある。</p>						
xviii.	<p>「<b>ブラインドキャッチ</b>」または「<b>ブラインドキャプチャ</b>」とは、フィーチャードスイマーが、反対側の腕または両腕で見ることなく、脚の任意の部分（膝、足、すね、足首）をキャッチすることを意味する。肘は後方ではなく前方に向ける。また、「<b>サイド</b>」キャプチャではない。例：</p> <table border="1" data-bbox="220 1236 1104 1608"> <thead> <tr> <th data-bbox="220 1236 472 1303">Eye position - OK (elbows forward)</th> <th data-bbox="472 1236 778 1303">Eye Position - NOT OK (elbow backwards)</th> <th data-bbox="778 1236 1104 1303">Pin position</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="220 1303 472 1608">  </td> <td data-bbox="472 1303 778 1608">  </td> <td data-bbox="778 1303 1104 1608">  </td> </tr> </tbody> </table>	Eye position - OK (elbows forward)	Eye Position - NOT OK (elbow backwards)	Pin position			
Eye position - OK (elbows forward)	Eye Position - NOT OK (elbow backwards)	Pin position					
							
xix.	<p>ポジションの解説に特に指定がない場合、キャプチャはどちらの腕でも行うことができる。</p>						
xx.	<p>表のキャプチャの列に「0」（ゼロ）が記載されている場合、キャプチャが必須ではないが、行われる可能性があることを意味する。</p>						


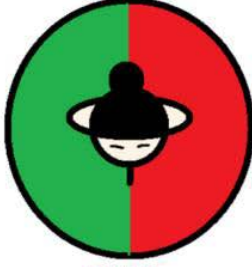


#### h) コンストラクション（すべてのグループ）

- i . ベーススイマー同士のホールドの仕方は任意。
- ii . ベーススイマーがフィーチャードスイマーをサポートする仕方は任意。

1) サポート／コネクションのエリア (グループBおよびP)

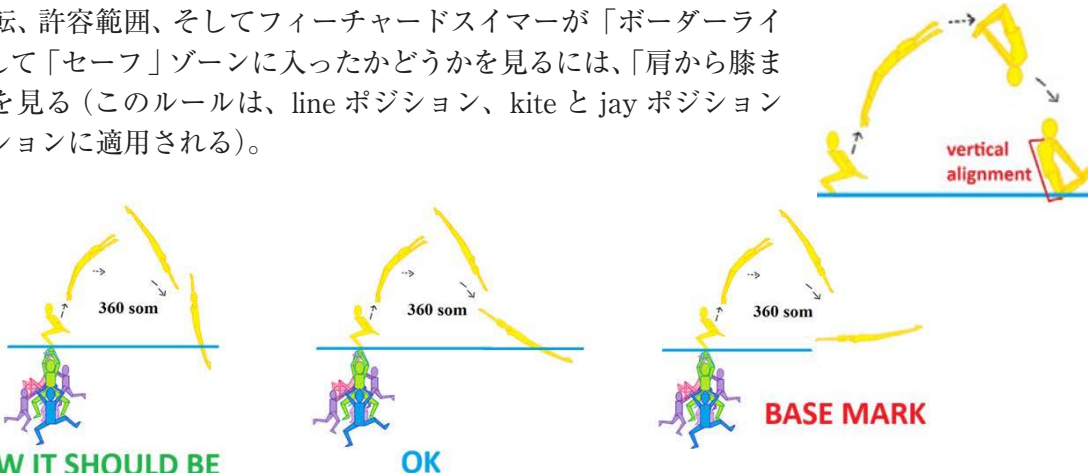
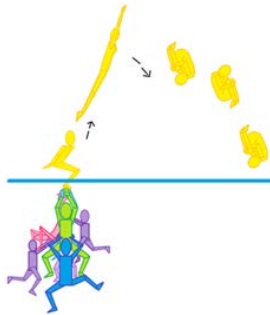
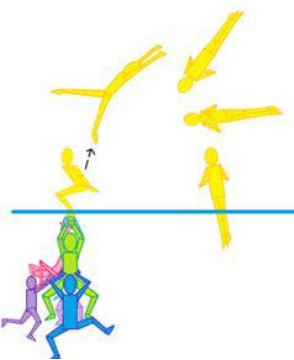
- i. アクロバティック動作に2種類のコネクションがある場合は、水上で示す1つ目のコネクションを申告しなければならぬ。特に指定がない限り、1つ目のコネクションをスキップして、代わりに2つ目のコネクションを申告することはできない。
- ii. グループBおよびPでは、ポジション／ボーナスの解説に別途記載がない限り、ベース／サポートスイマーはフィーチャードスイマーがポジションを達成するのを補助することはできない。
- iii. ブラインドコネクションとは、フィーチャードスイマーとサポートスイマーが異なる方向を見ている状態、またはお互いが見えていない状態 (背中合わせなど) でコネクトしている状態を指す。

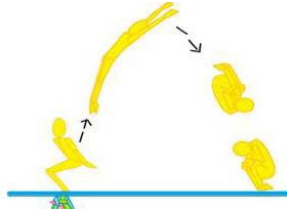

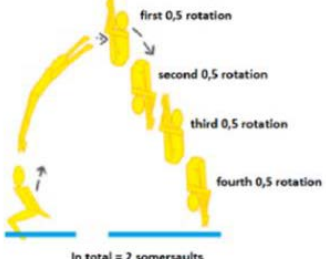
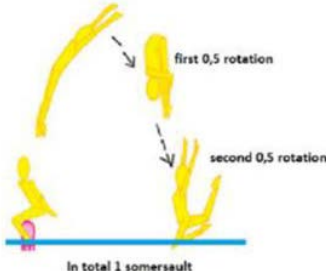
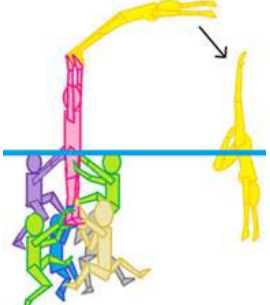
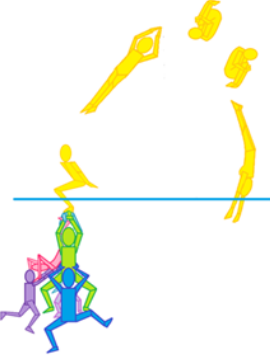
i) ローテーション - 回転面と回転数 (グループA、CおよびPのボーナス)

ツイスト (ボーナスを含むすべて)	
i.	ツイストの回転数は、フィーチャードスイマーのウエストレベルまで計測される (回転を検知するための可視／明確な境界)。
ii.	アクロバティック動作のどの段階でも、ツイストをすることができる。例えば、サマソールを終えた後、空中で回転中、踏み切り中など。
iii.	<p><b>360°以上のツイスト許容範囲：申告より180°の不足 = ベースマーク</b> (注：スイマーはオーバーローテーションできる、申告より多く回転することは可)</p> <p>例1：720°ツイストを申告し、ウエストまでに540° (1 1/2)回転した = ベースマーク                      例2：720°ツイストを申告し、ウエストまでに630° (1 7/8)回転した = Ok</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>DECLARE 360</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>DECLARE 360</p>  <p>BUT DID 180 ONLY=BM</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>DECLARE 360</p>  <p>BUT DID 135 ONLY=BM</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>DECLARE 360</p>  <p>BUT DID 225= NOT BM = INSIDE ALLOWANCE</p> </div> </div>
iv.	<b>180°のツイスト許容範囲：許容範囲なし - 180°未満はベースマーク</b>
v.	ツイストは、両脚を揃えた状態で始めることも (テイクオフ後)、またはテイクオフのフェーズ (ツイストの前) での速い前方へのキック動作で開始することもできる。キックする脚の角度にかかわらず (「キックする脚」の角度は90°を超えてもよい) ポジションとはみなされない。

サマソール (ボーナスを含むすべて)

- i. サマソールの回転数は、フィーチャードスイマーが沈み始めるまでを計測する。入水開始は身体の4分の1が水中に「消える」時と定義される。  
  
注：これは「身体の一部がスライドする」または「身体の一部が水中に沈み、その後再び水面上に現れる」という意味ではなく、フィーチャードスイマーの身体が直接水中に入り、「2度と浮上しない」ことを意味する。

ii.	<p>すべてのサマソール（レギュラー／前方／ダイブ／2軸など）の許容角度は、フィーチャードスイマーが没み始めるまでに申告より<b>90°不足</b>=ベースマーク（注：スイマーはオーバーローテーションは可能。一申告よりも多く回転することは問題ない。）</p> <p>注：フレキシビリティポジション（例えば Ring）で後方サマソール360°を申告した場合。完全な360°サマソールでない場合は、代わりに「Jump-Dive」を申告し、回転し過ぎて、少なくとも必要な回転を「パス（BMでない）」するという「許容範囲のルール」の範囲内にとどまることができる。</p>
iii.	<p>空中での回転、許容範囲、そしてフィーチャードスイマーが「ボーダーライン」を通過して「セーフ」ゾーンに入ったかどうかを見るには、「肩から膝まで」の部分を見る（このルールは、line ポジション、kite と jay ポジションのバリエーションに適用される）。</p> 
iv.	<p>どのグループでも「オープン」（「o」）の条件を満たすには、DTC は前屈ポジション（tuck、pike）の「クローズド」ポジションに続いて、ストレートボディポジションでのオープニングを確認する必要がある。ライン（ln）ポジションは必ず実行しなければならず（45°の許容範囲を含む）、ポジション2として申告するか、3つ目のポジションボーナスとして申告するか、または3つ目のポジションの後のポジションとすることができる。line は、膝（ヘッドアップの場合）またはウエスト（ヘッドダウンの場合）までに実行する必要がある。</p> <p>注意：グループAのポジションである「ln」はグループPにおいて申告できない。グループPのボーナスでストレートボディポジションへのオープニングが必要な場合、膝またはウエストでlineを実行する必要があるが、申告することはできない。</p>
v.	<p>回転角度の隣に「前方」（「f」）とある場合、空中でのサマソールが起きている方向は前方であることを意味する。</p> <p>注意：チームが前方サマソールを実行し、「f」を申告しなかった場合（つまり、通常のサマソール）、過少申告とみなされ、ベースマークにはならない。</p> 
vi.	<p>回転角度の隣に「straight body」（「ss」）とある場合、フィーチャードスイマーは踏切から回転終了まで身体をストレートに保たなければならない。</p> <p>背中を少し反らせることは許容されている（ポジションには45°の許容範囲があるため）。また、踏み切り後に軽くキック動作をすることは許容されているが、これはポジションとして申告できない。</p> <p>「ストレートボディサマソール」を申告するには、アクロバティック動作の最初から最後まで、ポジション1が常にライン（ln）である必要がある。他のポジションは申告できない。</p> 

サマソールの回転の数え方		
i.	<p>「フルサマソール」の得点を得るには、頭からジャンプするフィーチャードスイマーは、足から入水する必要がある（「完全」回転、つまり360°、720°、1080°の回転を行った後）。</p> <p>例：tuck ポジション、ストレートボディポジションなど。</p>	
ii.	<p>「オープン」ポジションまたはアーチポジションのバリエーション(jay、kite など) の場合、フィーチャードスイマーは、肩と膝が垂直になるように入水し、フルサマソールをする必要がある。</p>	
iii.	<p>パイクサマソール（回転中は身体のポジションを変えない）：pike ポジションでのサマソールは、ダイビング（飛込）と同じように数える。テイクオフ後の最初の180°の動きを回転の前半とみなしそこから数える。</p>	
iv.	<p>サマソールを2つのポジション（例えば pike と jay）で行う場合、胴体と頭がそれぞれ180°回転する回数を数える通常の方法でサマソールの回数を数える。</p> <p>注：ポジション1は必ずパイクとして申告し、ポジション2はパイクとは異なるポジションでなければならない。サマソール全体を通して「Pike のサマソール」になってはいけない。</p>	
v.	<p>ハーフサマソール／ダイブとは、フィーチャードスイマーがジャンプ（ヘッドアップ）するか、または足から投げ出され、空中で放物線を描いた後、頭からまたは足から入水する動作を指す。この場合、コードには「d」とひねり回数（ある場合）を申告する。</p> <p>この状況で頭からまたは足から入水しない場合は、単にポジション変換としてカウントされ、ダイブ／ハーフサマソールとは申告しない。</p>	
vi.	<p>回転角度の隣に「open」（「o」）と表示されている場合は、次のことを意味する：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>例1） 540° somersault + open = 360° in position + 0.5 open to Line Position</li> <li>例2） 720° + open = 540° in position + 0.5 open to Line Position</li> </ul> <p>「open」の条件は、サマソール（グループA、C、およびグループPのボーナス）チャートのivを参照。</p> <p>グループAでは、開始の「平面」と「回転角度」のボーナスは、1.5回転以上のサマソールのコードにのみ与えられる。</p>	

カートウィルとハンドスプリング (グループA、CおよびグループPのボーナス)	
i.	<u>ハンドスプリング</u> とは、身体を矢状面上で <b>360°</b> 回転させるアクロバティックな動きである。直立した姿勢から前方に踏み込み、垂直姿勢へと入り、サポート／ベーススイマーから反発するように押し出すことで、再び直立姿勢に跳ね戻る (スプリングする)。身体の回転方向は前方でも後方でもよい。
ii.	<u>カートウィル</u> とは、身体を横方向に回転させる動作である。フィーチャードスイマーは直立した姿勢から始め、一方の手でサポート／ベーススイマーを押し、その後もう一方の手で支える。その間に脚は大きな円を描くように動き、身体全体が <b>360°</b> サイドフリップする。
iii.	<u>カートウィル</u> や <u>ハンドスプリング</u> では、サマソールと同じルールが適用される：フィーチャードスイマーが沈む前に、申告された角度より <b>90°不足</b> =ベースマーク。

#### k) コンストラクションのローテーション (グループBおよびC)

i.	コンストラクションのベースの回転数は、ポジションがヘッドアップのポジションまたはヘッドダウンのポジションでも、フィーチャードスイマーのウエストの高さまで計測される (回転を検知するための可視／明確な境界) 「可視」の回転でなければならない。単なるフィーチャードスイマーの身体の回転だけではない。フィーチャードスイマーが水平またはフリーのポジションで回転の場合、フィーチャードスイマーの沈み始めまでを計測する。それは可視できる回転でなければならない。つまり沈みながら、サポートスイマーがフィーチャードスイマーとともに回転する。単にフィーチャードスイマーの身体だけが回転して見えるような動きは、回転とはみなされない。
ii.	コンストラクションのベースの回転方向 (左回り・右回り)は、評価に影響しない。
iii.	スタック (Stack) またはヘッドダウンのスタックの回転が申告されている場合、TC は、サポートスイマーが回転しているかどうかを確認し、コンストラクションのベースが回転していることを確認する必要がある。また、フィーチャードスイマーも申告された回転数をウエストまでに完了しているかを確認する。  サポートスイマーが水中に沈んでいても、回転が続いていることが明確に見える場合は、フィーチャードスイマーの動きを見て、申告された回転数が許容範囲内で完了しているかを確認する。(単にフィーチャードスイマーだけが単独で回転しているように見える場合は、コンストラクションの回転とはみなさない - サポートとコネクしてない)  演技の高さが低く、TC がサポートスイマーを視認できない場合は、上記と同様にフィーチャードスイマーの動きを基準に判断する。
iv.	回転は上昇中に始めることができる。
v.	<b>360°以上の許容範囲</b> ：申告より <b>90°の不足</b> = ベースマーク (注：スイマーはオーバーローテーション、申告より多く回転することは可)  例1：720°回転を申告し、ウエストまでに540° (1 1/2)回った = ベースマーク 例2：720°回転を申告し、ウエストまでに630° (1 3/4)回った = Ok
vi.	<b>180°の許容範囲</b> ：許容範囲なし - 180°未満はベースマーク

## l) コンストラクションのローテーション (グループP)

i.	コンストラクションの回転数は、フィーチャードスイマーの膝 (ヘッドアップのポジション) またはウエスト (ヘッドダウンのポジション) またはフィーチャードスイマーの沈み始め (水平ポジションまたは「free」) までで計測される。
ii.	回転はプラットフォームが <b>最大の高さ</b> に達してからカウントされる。回転中に大幅にスイマーの高さが落ちた場合 (例えば、フィーチャードスイマーの膝 (ヘッドアップのポジションの場合) またはウエスト (ヘッドダウンのポジションの場合) が沈んだとき - コンストラクションが申告した回転数をその時点で完了していない (許容範囲を考慮して) 場合、ベースマークになる。
iii.	回転は上昇中に始めてもよいが、DTC はコンストラクションが最大の高さに達した時から回転数をカウントし始める。
iv.	<b>180°以上の許容範囲</b> ：申告より <b>45°不足</b> = ベースマーク (注：スイマーが申告より多く回転することは可能)
v.	<b>90°の許容範囲</b> ：許容範囲はなし - 90°未満はベースマーク。確実に (またはそれ以上) 実行しなければならない。

## m) ボーナス (すべてのグループ)

i.	ボーナスは、特に指定がない限り (例：「C-Roll」は2回申告できる)、アクロバティック動作1つにつき <b>1回</b> のみ申告することができる。
ii.	アクロバティック動作1つにつき <b>最大2つの異なるボーナス</b> が申告できる。
iii.	一部のボーナスは、同じ「カテゴリ」の別のボーナスと同時に申告できない。その場合は、チャートに記載される。

## n) 申告の最低必要要件

アクロバティック動作を申告する場合、アクロバティック動作の必須部分を「スキップ」することはできない。以下の各グループの最小コンポーネントは必ず申告しなければならず、それ以外のコンポーネントは (以下に記載されていない) は任意である。アクロバティック動作を申告する際には、その申告において必要とされるアクロバティック動作の要素を省略することはできない。これらの条件を満たさない場合、ベースマークとなる。

i. グループAの必須項目：コンストラクション+方向+ポジション1

ii. グループBの必須項目：コンストラクション+接続のタイプ+ポジション1



iii. グループPの必須項目：コンストラクション+接続のタイプ+ポジション1



iv. グループCの必須項目：コンストラクション+方向+ポジション1

- 例1：コーチはグループB、スタックを申告する。手のひら/両手のひら (Palms/Palms) の接続と bamboo をポジション1として。しかし、コーチはフィーチャードスイマーが沈む前のウエストまでにポジション2を完了できるか確信が持てなかった。そこで、コーチは「最低限必要な」コンポーネント (すなわち、コンストラクション+接続のタイプ+ポジション1) をすべて申告する。フィーチャードスイマーはリスクなくポジション2を行うことができ、ベースマークを受けることはない。



- 例2：上記と同じアクロにポジション2を加え、スタックを180°回転させる。コーチは、フィーチャードスイマーが許容範囲内でスタックの180°回転が完了できるかどうか確信が持てなかった。そこで、コーチは「最低限必要な」コンポーネント（すなわち、コンストラクション+コネクションのタイプ+ポジション1+ポジション2（コーチが確信している場合））をすべて申告する。フィーチャードスイマーは、ベースマークを受けるリスクなしに回転を行うことができる。
- 例3：同じアクロ（グループB、スタック。Palms および /Palms のコネクションと bamboo をポジション1として、owl をポジション2として、スタックを180°回転させる）、さらにポジション3（ボーナス1として）と、トワール（ボーナス2として）。コーチは、スイマーがスタック180°回転を完了できるかどうか確信が持てなかった。そこでコーチは、回転以外のすべてのコンポーネントを申告するが、スイマーは回転を試みることができる。

o) 附則3、4および5の規則の明確化 - アクロバティックは1つのルーティン内で同じものを繰り返してはならない。「同じアクロバティックを繰り返さない」ことは、次のように定義される。

グループA：ボーナスとなる3つ目のポジションを除き、同じポジション（P1またはP2）を繰り返さない。例：
1つのルーティンで - 不可 A-Sq-Back-pk/2In-s1  A-Sq-Back-pk/2ja-s1
1つのルーティンで - OK A-Sq-Back-pk/2In-s1  A-Sq-Back-tk/2spl-s1
注：グループAでは、コンストラクション、方向、ボーナス、または空中での回転を変えたとしても、他のアクロで申告したポジションを繰り返さない。

グループB：同じコンストラクションを繰り返さない、同じコネクション（グリップ）のタイプを繰り返さない。例：
1つのルーティンで - 不可 B-St-1P1P-bb/2ow  B-St-PP-bb/2ow
1つのルーティンで - OK B-St-1P1P-bb/2ow  B-StH-FF-sd
注：グループBでは、ポジション、ボーナス、またはコンストラクションの回転を変えたとしても、他のアクロで申告したコンストラクション、コネクション（グリップ）のタイプを繰り返すことはできない。

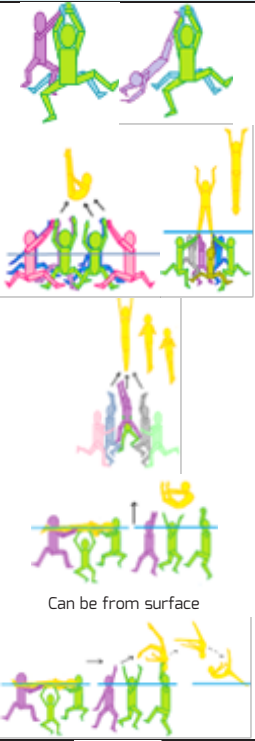
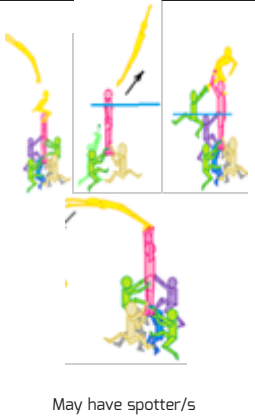
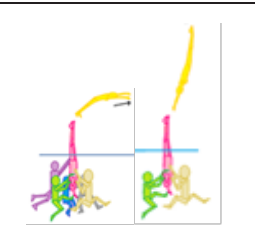
グループC：同じコンストラクションを繰り返すことはできない。例：	
1つのルーティンで- <u>不可</u> C-Thr>St-Bln-tk-Cs1 C-Thr>St-Forw-sd/2tk-Cd-Jump	
1つのルーティンで- OK C-Thr>St-Bln-tk-Cs1 C-Thr>F-Forw-sd/2tk-Cd-Jump>	
注：グループCでは、ポジション、方向、ボーナス、空中での回転またはコンストラクションの回転を変えたとしても、他のアクロで申告したコンストラクションを繰り返すことはできない。	


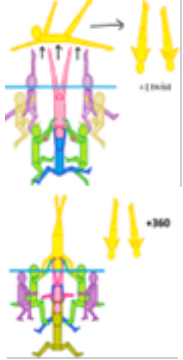
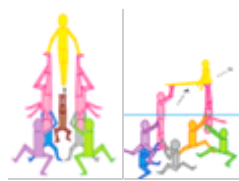
グループP：同じコンストラクションを繰り返すことはできない、同じコネクション (グリップ) のタイプを繰り返すことはできない。(ボーナスとなるポジション3を除き、P1またはP2と) 同じポジションを繰り返すことはできない。同じボーナスを繰り返すことはできない。例：	
1つのルーティンで- <u>不可</u> P-Knees-SP+K-bb/2ow-Pos3 P-Knees-3pA-ne-Pos3	
1つのルーティンで- OK P-Knees-SP+K-bb/2ow-Pos3 P-2S-FA+PF-ne/2ey-Trav	
注：グループPでは、ボーナスや回転を変えても、他のアクロで申告したポジション、コンストラクション、コネクション (グリップ)のタイプを繰り返すことはできない。	

注:P1および/またはP2の制限は特定のグループに適用されるが、他のグループでも行うことができる。プラットフォーム(グループP)では、フィーチャードスイマーがowlポジションを申告して実施した場合、スタック(グループB)においてもowlポジションを申告して実施することはルール上問題ない。これは、両者が異なるアクロパティックグループに属しているためである。

29.7.1.1 グループA

a) コンポーネントC - コンストラクション

Group A Construction – Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S)										
No.	Picture	Name and number of levels	Code	Difficulty of coordinating actions and number of formations	Support: Body position and level of sustainability	Air-borne weight	Size of construction/ water resistance	Tempo of acceleration and push (lift/ throw)	Area of support from which featured swimmer jumps	Total
1	 <p>Simple jump/throw</p> <p>2 levels</p> <p>(Note: If in routine of 8 swimmers for example coach decides to do "double acro"-coach divides swimmers in 2 groups of 4-5 swimmers and declare Thr plus bonus for Double acro if the idea is to perform same/equal acrobatic movement at the same time)</p> <p>Can be from surface</p>		Thr	Low	no	1	Type 1	fast	-	0.60
				0.1	0	0.1	0.1	0.3	0	
2	 <p>Jump or throw (stack head-up) from shoulders, arms or different combinations (such as shoulder/arm or shoulder and spotter etc.)</p> <p>3 levels</p> <p>May have spotter/s</p>		Shou	Med	High level of sustainability+ low vestibular load	1+0.5	Type 2:	med	Med	0.90
				0.2	0	0.15	0.15	0.2	0.2	
3	 <p>Jump/ throw from feet (stack head-down type)</p> <p>3 levels</p>		Feet	Med	Low level of sustainability+ high vestibular load+ blind connect	1+0.5	Type 2:	med	med	1.00
				0.2	0.1	0.15	0.15	0.2	0.2	






4		<p>Jump from square ("basket")</p> <p>3 levels</p> <p>Must have at least 2 people doing basket +1 leg-pusher (S) + at least 1 swimmer pushing "leg-pusher" + (F) = in total 1 (F) + 4 base swimmers who form Sq construction</p>	Sq	Hard *	Head-down swimmer counts as a support (0.2+0.1+0.1)	1+0.5+0.5+0.5	Type 2-3	fast	Big	1.20
				0.35	0.1	0.25	0.1	0.3	0.1	
5		<p>Jump/throw from two supports head-up, disconnection and enter the water</p> <p>3 levels</p> <p>(may have additional pusher head-down or head up)</p>	2Sup	med	High level of sustainability + low vestibular load	1+0.5+0.5	Type 3	medium	Med	1.00
				0.2	0	0.2	0.2	0.2	0.2	
6		<p>Jump/throw from two supports, from which at least one of them is head down</p> <p>3 levels</p> <p>(may have additional pusher head-down or head-up)</p>	2SupH	Hard	Low level of sustainability + high vestibular load. doesn't matter how many supports+ blind connect	1+0.5+0.5	Type 3	med	big	1.10
				0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	

#### グループA コンストラクションの注釈：


- i . コンストラクション 2Sup および 2SupH は、2人のサポートの真ん中にプッシャーがいてもいなくてもよい。プッシャーはヘッドアップでもヘッドダウンでもよく、補助のために下にスイマーをつけることもできる。
- ii . 両方のサポートがヘッドダウン (2SupH) の場合は、次のようにフィーチャードスイマーをサポートすることができる：片足 + 片足、両足 + 両足、または片足 + 両足の組み合わせ。
- iii . 両方のサポートがヘッドアップの場合 (2Sup)、または片方のみの場合 (2SupH)、プッシュの方法は任意である。  
例：サポートスイマーの手のひらでプッシュしても、フィーチャードスイマーがサポートの肩からジャンプしてもよい (指定がない場合)。



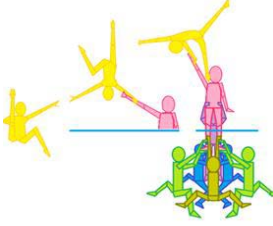
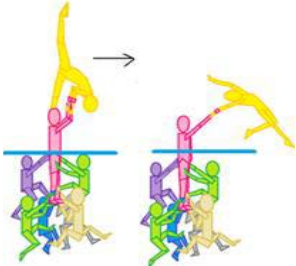
b) コンポーネントD - ダイレクション (方向)

方向：フィーチャードスイマーのジャンプの方向として定義する


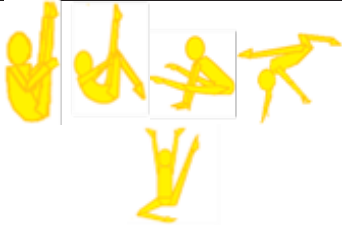


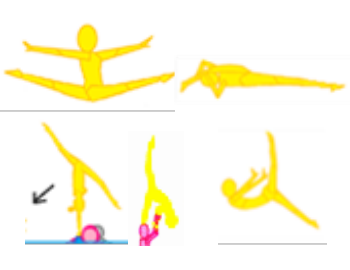
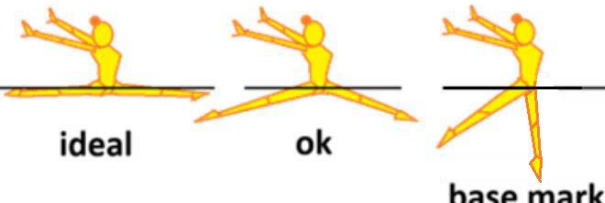
Direction		Code	Diagram	Value
1	<b>Upwards</b> The featured swimmer jumps up (or is thrown in the air by construction) and returns to the same spot they jumped from. The featured swimmer can execute the entrance into the water or back on the construction.	Up		0.05
2	<b>Forwards</b> The featured swimmer jumps forwards (or is thrown in the air in this direction by construction) and enters the water in front of the construction.	Forw		0.05
3	<b>Backwards</b> The featured swimmer jumps backwards (or is thrown in the air in this direction by construction) and enters the water behind the construction.	Back		0.10
4	<b>Sideways</b> The featured swimmer jumps sideways (or is thrown in the air in this direction by construction) and enters the water on the right/on the left the construction.	Side		0.20
5	<b>Reverse*</b> The featured swimmer jumps forwards (or is thrown in the air in this direction by construction) and then starts rotating backwards (facing the construction that the athlete jumps from) and enters the water in front of the construction.	Rev		0.40
<p>* 健康と安全に関する考慮事項：このタイプの動きには高いリスクが伴うため、内向きの方向（後方にジャンプし、前方に回転する、いわゆる「自分の下で回る」）での空中回転は許可されておらず、リクエストがあっても新しいコードは認められない。</p>				



方向の決め方

<p>ヘッドアップ ジャンプ</p>	<p>「テイクオフ」のフェーズ (アクロバティック動作の始まり) で、フィーチャードスイマーが示す方向を選択しなければならない。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>例1：フィーチャードスイマーが後ろ向きにジャンプを開始し、自分を中心に空中でターンし (ツイスト動作)、次に前方にサマソールを始める場合 = 後方で申告 (<b>Back</b>)</li> <li>例2：フィーチャードスイマーが前方へジャンプを開始し、そのまま同じ方向へ360°サマソールをする場合 = 前方で申告 (<b>Forw</b>)</li> <li>例3：スクエアから後方にジャンプし、フィーチャードスイマーはテイクオフ後に180°回転し、540°の前方サマソールを開始する。tuck ポジションで360°のサマソールを行った後、フィーチャードスイマーはストレートボディーポジション (すなわち line) に開きながら、さらに180°のサマソールを続け、頭から入水する。 コードは次のようになる：A-Sq-<b>Back</b>-tk/2ln-s1,5t0,5fo</li> </ul>	
------------------------	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>例4</b>：スクエアから前方にジャンプし、フィーチャードスイマーはテイクオフ後に540°の前方サマソールを開始する。タックポジションで360°のサマソールを行った後、フィーチャードスイマーはストレートボディーポジション（すなわちline)に開きながら、さらに180°のサマソールを続け、頭から入水する。 コードは次のようになる：A-Sq-<b>Forw</b>-tk/2ln-s1,5fo</li> </ul>	
<p>ヘッドダウン ジャンプ (例 スロー)</p>	<p>回転なしのヘッドダウンジャンプ（スロー）の場合：フィーチャードスイマーが投げられる方向（移動する方向）を選択する。 回転ありのヘッドダウンジャンプ（スロー）：サマソールがある場合、代わりに回転の方向を選ぶ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>例1</b>：フィーチャースイマーがヘッドダウンで前方に投げ出され、その後180°回転し始める場合（後頭部が上向きになる）、つまり後方に動いている場合＝後方（<b>Back</b>）を申告する。</li> <li>● <b>例2</b>：フィーチャードスイマーがヘッドダウンで、無回転で後方に投げられた場合＝後方（<b>Back</b>）を申告する。</li> <li>● <b>例3</b>：フィーチャードスイマーがヘッドダウンで上方に投げられた場合（背中を反らせた状態で）、後方に動き始め、空中で180°回転して「顔から」動く。（つまり、180°宙返りしてヘッドアップにし、回転を続けながら頭から入水）。実際の回転は前方なので、前方（<b>Forw</b>）と申告する。</li> </ul>	
<p>カートウィル</p>	<p>方向は横方向（Side）</p>	
<p>ハンドスプリング</p>	<p>方向は前方（Forw）または後方（Back）</p>	

c) Component P – Position

No.	Picture	Name and code	Difficulty to balance	Presence or absence of a helping hand (capture)	Type and level of flexibility* Deviation of torso from inner axis	Total	Value of Position 2 (half value of Pos 1)	Code for Position 2
Forward flex stomach								
1	 <p>Knees must be within 90 degrees of chest (plus always consider 45° position allowance)</p>	Tuck tk	No	Can be with or without hands	Stomach flex 1 (bent legs)	0.125	0.0625	2tk
			0	0	0.025+basic 0.1			
2	 <p>Flexion at hip level with one or two legs (straight) touch stomach and/or chest</p>	Pike pk	No	Can be with or without hands	Stomach flex 2	0.20	0.10	2pk
			0	0	0.2			
Miscellaneous								
3		Kite kt	No	Can be with or without hands	Free "compact" body position (different from straight or open body, tuck or line) with 1 or 2 knee(s) bent. May have a small arch in back.	basic 0.05	0.025	2kt
			0	0	0			
4		"Open body" Line/Arch Can have "open" leg variations ln	No	-	Misc (straight body, may have small arch in back). At least one leg straight and/or spread in 45 degrees out of vertical line. One leg may be bent.	basic 0.10	0.05	2ln
			0	0	0			
5		Split sp	No	Can be with or without hands	180 between legs can be different variations, however both legs should be <b>straight</b> (both legs must be in 45° cone from 180 line that is formed by legs). Torso position-optional	0.25	0.125	2sp
			0	0	0.25			
<p>スプリットの45°の許容範囲について：「パス (BM でない)」の場合、前脚と後脚の両方が互いに90°以上離れている必要がある。(以下の理想的な画像と ok な画像を参照)。</p>								
 <p style="text-align: center;">ideal                      ok                      base mark</p>								

Arched								
6		Jay ja	No	-	Arch in back+1 leg back straight 90 degrees and more	0.175	0.087	2ja
			0	0	0.175			
7	 At least toes of one foot must touch head (no allowance)	Ring rg	No	Can be with or without hands	Arch (maximum flex in back)	0.3	0.15	2rg
			0	0	0.3			

d) コンポーネント S - サポートエリア

グループ A には該当しない (コンストラクションの値に含まれている)

e) コンポーネント R - コンストラクションのベースのローテーション

グループ A には該当しない

f) コンポーネント T - ローテーションの面と角度 (グループ A のコードと値)

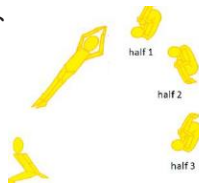
Horizontal plane (all twists: horizontal, head-up, head-down) - turns around self to the left or right (performed in the air)								
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	bonus	total
180°	<b>t0.5</b>	0.025						<b>0.025</b>
360°	<b>t1</b>	0.05						<b>0.05</b>
540°	<b>t1.5</b>	0.10						<b>0.10</b>
720°	<b>t2</b>	0.20						<b>0.20</b>
900°	<b>t2.5</b>	0.25						<b>0.25</b>
1080°	<b>t3</b>	0.30					0.05	<b>0.35</b>

Frontal plane (Example: Side somersault) - turn to the left or to the right (sideways movements - Performed in the air)								
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	bonus	total
360° side somersault	<b>f1</b>	0.3					0.1	<b>0.40</b>
540° side somersault	<b>f1.5</b>	0.5					0.2	<b>0.70</b>
720° side somersault	<b>f2</b>	0.7					0.4	<b>1.10</b>

Sagittal plane (Example: forward somersault) - turns around self - forwards or backwards (Performed in the air) and Two-axes somersaults (have additional bonus for using both axes + Performed in the air)								
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	Bonus	Total
180° somersault /dive (any direction)	<b>D</b>	0.025					0.05	<b>0.075</b>
180° somersault /Dive + 180° twist (any direction)	<b>dt0.5</b>	0.025	0.025				0.05	<b>0.10</b>
180° somersault /Dive + 360° twist (any direction)	<b>dt1</b>	0.025	0.05				0.075	<b>0.15</b>
180° somersault /Dive + 540° twist (any direction)	<b>dt1.5</b>	0.025	0.1				0.125	<b>0.25</b>
180° somersault /Dive + 720° twist (any direction)	<b>dt2</b>	0.025	0.2				0.075	<b>0.30</b>
360° somersault	<b>s1</b>	0.3						<b>0.30</b>
360° somersault forwards	<b>s1f</b>	0.3		0.1				<b>0.40</b>
360° straight body somersault	<b>ss1</b>	0.3			0.2			<b>0.50</b>
360° straight body somersault forwards	<b>ss1f</b>	0.3		0.1	0.2			<b>0.60</b>
1 somersault + 0.5 twist	<b>s1t0.5</b>	0.3	0.05				0.1	<b>0.45</b>
1 somersault + 0.5 twist forwards	<b>s1t0.5f</b>	0.3	0.05	0.1			0.1	<b>0.55</b>
1 somersault + 1 twist	<b>s1t1</b>	0.3	0.1				0.1	<b>0.50</b>
1 somersault + 1 twist forwards	<b>s1t1f</b>	0.3	0.1	0.1			0.1	<b>0.60</b>
1 somersault + 1.5 twist	<b>s1t1.5</b>	0.3	0.15				0.1	<b>0.55</b>
1 somersault + 2 twist	<b>s1t2</b>	0.3	0.3				0.1	<b>0.70</b>
Straight body somersault 1 + 0.5 twist	<b>ss1t0.5</b>	0.3	0.025		0.275			<b>0.60</b>
Straight body somersault 1 + 0.5 twist forwards	<b>ss1t0.5f</b>	0.3	0.025	0.1	0.275			<b>0.70</b>
Straight body somersault 1 + 1 twist	<b>ss1t1</b>	0.3	0.05		0.275			<b>0.625</b>
Straight body somersault 1 + 1 twist forwards	<b>ss1t1f</b>	0.3	0.05	0.1	0.275		0,025	<b>0.75</b>
Straight body somersault 1 + 1.5 twist	<b>ss1t1.5</b>	0.3	0.1		0.3		0.2	<b>0.90</b>
Straight body somersault 1 + 2 twists	<b>ss1t2</b>	0.3	0.2		0.3		0.3	<b>1.10</b>
Straight body somersault 1 + 2.5 twists	<b>ss1t2.5</b>	0.3	0.25		0.3		0.4	<b>1.25</b>
Straight body somersault 1 + 3 twists	<b>ss1t3</b>	0.3	0.35		0.3		0.55	<b>1.50</b>
540° somersault	<b>s1.5</b>	0.65						<b>0.65</b>
540° somersault forwards	<b>s1.5f</b>	0.65		0.1				<b>0.75</b>
540° somersault + open	<b>s1.5o</b>	0.65				0.35		<b>1.00</b>
540° somersault forwards + open	<b>s1.5fo</b>	0.65		0.1		0,35		<b>1.10</b>
1.5 somersault + 0.5 twist	<b>s1.5t0.5</b>	0.65	0.025					<b>0.675</b>
1.5 somersault + 0.5 twist forwards	<b>s1.5t0.5f</b>	0.65	0.025	0.1				<b>0.775</b>
1.5 somersault + 0.5 twist + open	<b>s1.5t0.5o</b>	0.65	0.025			0.35	0.175	<b>1.20</b>
1.5 somersault + 0.5 twist + open forwards	<b>s1.5t0.5fo</b>	0.65	0.025	0.1		0.35	0.175	<b>1.30</b>
1.5 somersault + 1 twist + open forwards	<b>s1.5t1fo</b>	0.65	0.05	0.1		0.35	0.25	<b>1.40</b>
1.5 somersault + 1 twist	<b>s1.5t1</b>	0.65	0.05				0.1	<b>0.80</b>
1.5 somersault and 1.5 twist	<b>s1.5t1.5</b>	0.65	0.1				0.225	<b>0.975</b>
720° somersault	<b>s2</b>	0.9						<b>0.90</b>
720° somersault + open	<b>s2o</b>	0.9				0.5	0.3	<b>1.70</b>
720° somersault forwards	<b>s2f</b>	0.9		0.1			0.1	<b>1.10</b>
720° somersault forwards + open	<b>s2fo</b>	0.9		0.1		0.5	0.3	<b>1.80</b>

2 somersaults + 0.5 twist	<b>s2t0.5</b>	0.9	0.025				0.275	<b>1.20</b>
2 somersaults + 0.5 twist forwards	<b>s2t0.5f</b>	0.9	0.025	0.1			0.275	<b>1.30</b>
2 somersaults + 0.5 twist + open	<b>s2t0.5o</b>	0.9	0.025			0.5	0.325	<b>1.75</b>
2 somersaults + 0.5 twist + open forwards	<b>s2t0.5fo</b>	0.9	0.025	0.1		0.5	0.325	<b>1.85</b>
2 somersaults + 1 twist	<b>s2t1</b>	0.9	0.075				0.625	<b>1.60</b>
2 somersaults + 1 twist +open	<b>s2t1o</b>	0.9	0.075			0.5	0.625	<b>2.10</b>
2 somersaults + 1 twist forwards + open	<b>s2t1fo</b>	0.9	0.075	0.1		0.5	0.625	<b>2.20</b>
900° somersault	<b>s2.5</b>	1.2						<b>1.20</b>
900° somersault forwards	<b>s2.5f</b>	1.2		0.1				<b>1.30</b>
1080° somersault	<b>s3</b>	2						<b>2.00</b>
1.5 straight body somersaults	<b>ss1.5</b>	0.65		0.3			0.25	<b>1.20</b>

例：1.5回サマソール+1.5回ツイスト



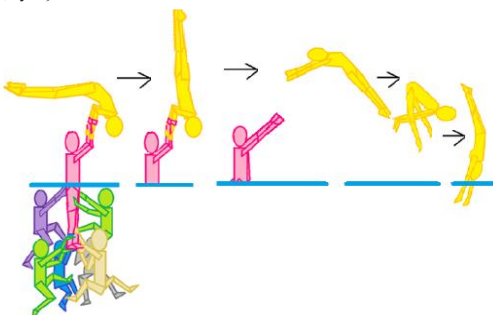
### カートウィル (前額面での回転) およびハンドスプリング (矢状面での回転)

- 回転の一部は、サポートへのコネクションから始まり、その方向はどちらでもよい。
- カートウィル／ハンドスプリングは通常、サポート上で開始され、その一部がサポート上で行われる。その後、フィーチャードスイマーはヘッドアップで動作を開始し、空中に移行し、360°の回転を行って水中に入る（フィーチャードスイマーは、サポートスイマーが沈むまで手でコネクションし続けてもよい）。
- ハンドスプリング／カートウィルは360°回転なので、フィーチャードスイマーがそれに加えて何回のサマソールまたはツイストを行ったかを計測する際には、ハンドスプリング／カートウィルを完了した後に行われた追加の180°回転の数を数えることで算出する。

Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	bonus	Total
Cartwheel	<b>C</b>	0.1						<b>0.10</b>
Cartwheel + 180° twist	<b>ct0.5</b>	0.1	0.025				0.025	<b>0.15</b>
Cartwheel + 360° twist	<b>ct1</b>	0.1	0.05				0.025	<b>0.175</b>
Handspring	<b>H</b>	0.1						<b>0.10</b>
Handspring + 180° twist	<b>ht0.5</b>	0.1	0.025				0.025	<b>0.15</b>
Handspring + 360° twist	<b>ht1</b>	0.1	0.05				0.025	<b>0.175</b>
Handspring + half (180°) somersault (dive)	<b>hd</b>	0.1	0.025					<b>0.125</b>
Handspring + 360° somersault	<b>hs1</b>	0.1	0.3					<b>0.40</b>

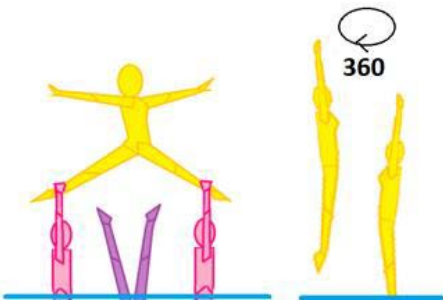
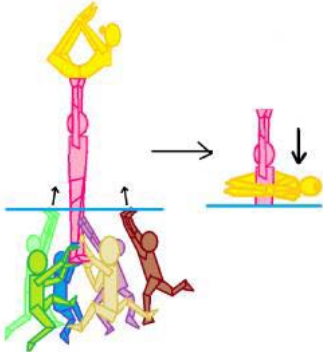
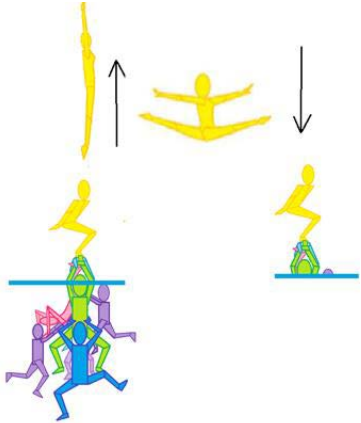
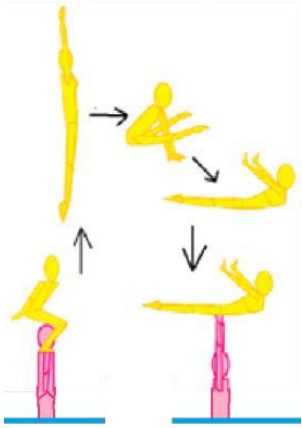
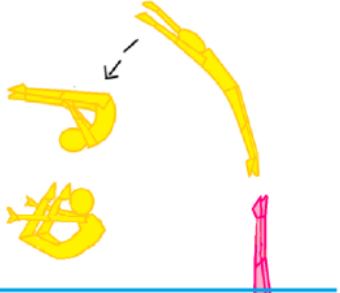
「hd」の例：ハンドスプリング+ハーフ (180°)サマソール (ダイブ)

ハンドスプリング (360°) の後に、このフィーチャードスイマーがさらに180°のサマソールを行い、頭から入水すること



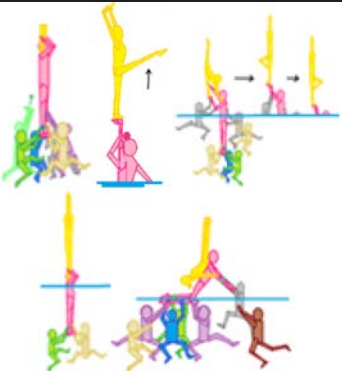

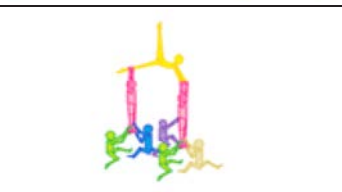

g) コンポーネントB - ボーナス



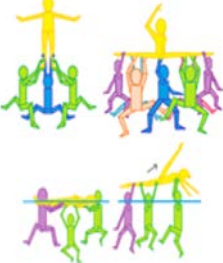
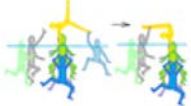

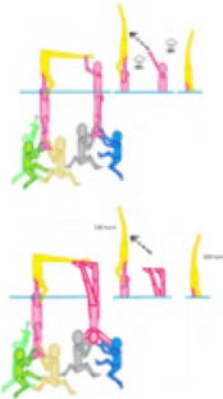
グループAにおける追加、ボーナス、リスク要素のリスト				
コード	解 説	図	値	
Dbl	<p><b>2基の同期のアクロバティック動作</b></p> <p>スイマーが2つのグループに分かれていて(別々のスモールのコンストラクション。通常は水中に3人のスイマー+1人のフィーチャードスイマー)、同一(等しい/同じ)で同時に実行されるアクロバティック動作。</p> <p>注1:「ミラーアクション」は可能 - 例コンストラクションが向かい合っていて、フィーチャードスイマーが後方か前方にジャンプする。</p> <p>注2: 2人のフィーチャードスイマーは互いに接続している場合がある。</p>		0.20	
Pos3	<p><b>3つ目のポジション</b></p> <p>このボーナスは一度だけ申告されるべきである(フィーチャードスイマーが1つ目と2つ目のポジションを実行した後どれだけ多くのポジションを実行したとしても)。</p>		0.05	
<p>同じアクロに申告することはできない!! これらから1つ選択しなければならない!!</p>	Grip	<p>腕のコネクション(手のひら/肘など)アクロバティック動作の最初から、2人のフィーチャードスイマーが、どちらも沈むまでコネクトをし続ける。</p>		0.10
	Conn	<p>サポートスイマーとフィーチャードスイマーのコネクション(入水時にディスコネクトする場合がある)</p> <p>注: ハンドスプリング/カートウールを実行する際はこのコードを使用する。</p>		0.10
	Catch	<p>空中フェーズで2人のフィーチャードスイマーがコネクションし、2人が水没するまでコネクトし続けること。(コネクションはテイクオフの後に発生する)</p> <p>* Dbl を付けた場合にのみ申告可能*</p>		0.15

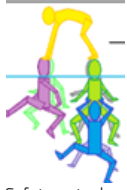

Split	<p>スプリット(ヘッドアップ)ポジションからジャンプまたはスロー</p> <p>注：スプリットはテイクオフのフェーズとして考慮されるため、1つ目のポジションとしてline、kite、tuck (アクロのパフォーマンスに応じて)をコーチは示すべきである。</p>		0.20
<p>これらから1つ選択しなければならない！ 同じアクロに申告することはできない！</p>	Hula	<p>「フラフープ」動作</p> <p>フィーチャードスイマーが ring / jay ポジションで、円内のサポートスイマーとともに入水する。(フィーチャードスイマーが両脚／両手をコネクションして作られる)</p> 	0.35
	RetSq	<p>空中フェーズの後に水上にある「Square」ポジションに「リターン」し、コンストラクションが水没するまで継続する。</p> <p>注：シニア／ジュニアカテゴリのみ（それ以外は BM）。上級レベルおよび十分な準備が整ったスイマーのみ対象。</p> <p><b>競技者の安全のため、サマソールをしてコンストラクションに着地することは許可されず、BM の対象となる。</b></p> 	0.80
	RetPa	<p>空中フェーズの後に<u>水上</u>で沈み込む前までにサポーターの両手に「リターン」し、サポートスイマーが水没するまでそのコンストラクションを継続させる。</p> <p>フィーチャードスイマーはサポートスイマーの両手に明確に着地する必要がある。</p> <p><b>競技者の安全のため、サマソールをしてコンストラクションに着地することは許可されず、BM の対象となる。</b></p> 	0.60
Feet	<p>両足からジャンプ</p> <p>(「プッシングフェーズ」でディスクコネクトするまでの間、フィーチャードスイマーとサポートスイマーが両足／両足でコネクトする)。</p>		0.075

29.7.1.4 Group B

a) コンポーネントC - コンストラクション

Group B Construction – Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S)										
No.	Picture	Name and number of levels	Code	Difficulty of coordinating actions and number formations	Support: Body position and level of sustainability	Support: Type and level of flexibility or maintain position	Air-borne weight	Area of full construction, Proximity between swimmers	Tempo of acceleration and push (lift/throw)	Total
1		Stack Head-Up (may have spotter/s)	St	Med-Hard	High level of sustainability + low vestibular load	Free body position (support is head-up)	1+1	Type 2	Med-fast	1.00
				0.25	0	0.1	0.2	0.2	0.25	
2		Stack Head-down (may have spotters)	StH	Med-Hard	Low level of sustainability + high vestibular load	Free body position (support is head-down)	1+1	Type 2	Med-fast	1.10
				0.25	0.1	0.1	0.2	0.2	0.25	
3		Stack 2 head-up supports	2SupU	Hard	High level of sustainability + low vestibular load (0.1+0.1)	straight body 1+1	1+1+1	Type 2	big-med	1.15
				0.3	0	0.2	0.3	0.2	0.15	
4		Stack 2 head-down supports	2SupD	Hard	Low level of sustainability + high vestibular load 1+1	straight body 1+1	1+1+1	Type 2	med	1.40
				0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	

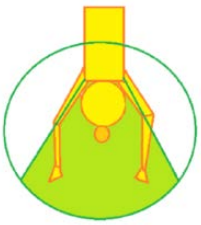
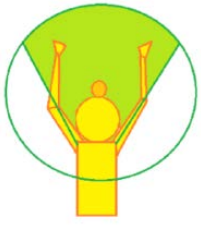


5		Stack 2 supports (one of them head-down)	2SupM	Hard	Combined (1 head-up+1 head-down)	straight body 1+1	1+1+1	Type 2	big-med	1.25
				0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.15	
6		Stack two head-down (S) + two (F)	2SupD2F	Hard	Low level of sustainability + high vestibular load 1+1	straight body 1+1	1+1+1+1	Type 2	med +connect	1.55
				0.3	0.2	0.2	0.4	0.2	0.25	
7	 Can be done from surface. The way base swimmers hold each-other and/or featured swimmers is optional (can be as combo. of supporting on heads and shoulders of the base swimmers etc)  Lift+ spotters (that joins construction later)	Simple Lift	L	Low	no	no	1+ bonus	Type 1	fast	0.70
				0.1	0	0	0.2	0.1	0.3	
8		Lift of two (F) or more who must form one construction and must be connected	L2F+	Medium	no	no	2	Type 1	slow-med bonus for connection between two or more (F)	0.80
				0.2	0	0	0.2	0.1	0.3	
9		Transitional Stack: Any 2- stack formation (#3-2SupU, #4-2SupD, #5-2SupM, #6-2SupD2F) with a disconnection with one of the (S)  Can only be used with a connection showing ∞ symbol	St+	Hard	Optional	Free body position	1+0.5+0. 5	Other	small+bonus FOR TRANS DISCONNECT AND BALANCE	1.025
				0.3	0.1	0.1	0.2	0	0.325	

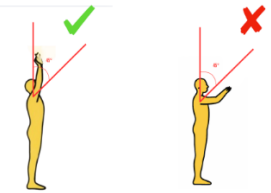
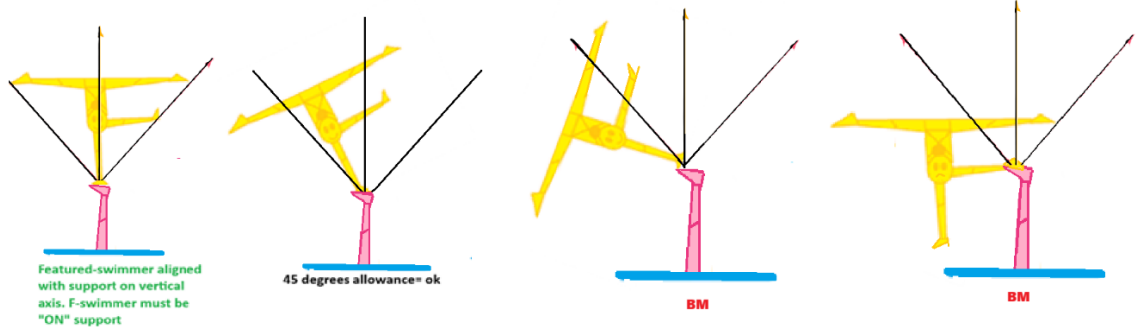

10	 <p>Health and Safety note: head and neck.</p>	<p>Lift ONLY on Heads above water (Standing, sitting or laying)</p> <p>Arms/legs of (F) can only be connected to HEADS which must be visible above water.</p>	<p><b>LH</b></p> <p>+0.3 bonus for head connection</p>	Hard	no	No	1 + 4 quarters	type1	med (bonus for head connection)	1.10
				0.3	0	0	0.2	0.1	0.5	
11	 <p>Health and Safety note: head and neck.</p>	<p>Lift with two (F) ONLY on Heads above water (Standing, sitting or laying)</p> <p>Arms/legs of (F) can only be connected to HEADS which must be visible above water.</p>	<p><b>Lh2F</b></p> <p>+0.3 bonus for head connection +0.1 for connect between 2 f-swim</p>	Hard	No	No	2 + 4 quarters	type1	slow-med bonus for head connection + connect between two (F)	1.20
				0.3	0	0	0.3	0.1	0.5	

b) コンポーネントD - ダイレクション (方向)

Bグループには該当しない

c) コンポーネントS - サポート/コネクションのタイプエリア (「グリップ」として参照)

i.	特に指定がない限り、サポートまたはベースとなるスイマーが完全に水没するまで、フィーチャードスイマーはDTCがコネクション部分を視認できなくなるまでサポートまたはベーススイマーとコネクトしたままでなければならない。			
ii.	グリップに無限大シンボル∞が示されている場合、そのグリップは「Transitional Stack (St>)」のコンストラクションに使用することができる。グリップに無限大シンボル∞が含まれていない場合は、Transitional Stack (St>)に使用することはできない。			
iii.	<p>ハンドスタンドとは、片手/両手を支点としてバランスを保ち、身体を安定した逆さの垂直姿勢で保持する動作である。</p> <p>すべてのハンドスタンドのコネクションタイプ (PP、1P1P、1PPx、PH/, PP2、1PH、2PH、PF、1P1F) は、フィーチャードスイマーおよびサポートスイマーが、ハンドスタンドの開始からサポートスイマーが水没するまで、片腕/両腕を伸ばした状態で実施しなければならない。腕が曲がっていても、頭頂部より上に収まっていれば許容される。</p>			
	<b>OK</b>		<b>Base Mark</b>	
	<b>Featured swimmer</b>	<b>Support Swimmer</b>	<b>Featured swimmer</b>	<b>Support Swimmer</b>
				
iv.	上記 iii. におけるサポートスイマーの腕の位置に関する同じルールは、コネクションのタイプ: FP、1F1Pにも適用される。			

v.	<p>コネクションタイプ：1P1P、1PPx、PP、FP、1F1P、PP2においては、サポートスイマーの片腕／両腕は、開始時からサポートスイマーが没するまで、垂直線から45°以内の垂直の「コーン」内に留まらなければならない。</p> 
iv.	<p>PF および1P1F のコネクションにおいては、サポートスイマーの脚は常に伸ばされた状態でなければならない。サポートスイマーの脚が曲がった場合、それはベースマークの問題ではなく、エキスキューションの減点対象となる。</p>
v.	<p>コネクションの一般原則に従い、アクロバティック動作において2種類のコネクションがある場合、最初に水面上に示されたものを申告しなければならない。最初のを飛ばして2つ目のものを申告することは許されない。</p> <p>したがって、グループBにおいて、フィーチャードスイマーとサポートスイマーが2種類のコネクション／グリップ（例えばPPの後に1P1P）を実施する場合、<u>最初のコネクション／グリップを申告しなければならない</u>。（以下の例ではPPとなる。）</p> <p>唯一の例外は以下の通り：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) 1F1F では、プッシングフェーズが水面を破る FF コネクションから始まる場合がある。1F1F はサポートスイマーが膝の位置に達するまでに実施しなければならない。</li> <li>b) F1S では、プッシングフェーズが水面を破る FS コネクションから始まる場合がある。F1S は FS が水面を破った直後に実施しなければならない。</li> <li>c) コンストラクション St&gt; を使用する場合、プッシングサポートスイマーとディスコネクションした後のコネクションを申告しなければならない。</li> </ul>
vi.	<p>フィーチャードスイマーは、サポートスイマーが水没するまで (i に従い) サポートスイマーと垂直線上で揃っている必要があり、垂直軸から45°までの許容がある。45°のコーンは、フィーチャードスイマーとサポート／ベーススイマーとのコネクション部分を起点とする。DTC は、このルールの遵守を確認するためにフィーチャードスイマーの胴体を確認すべきである。</p> 
vii.	<p>XS (エクストラスモール) コネクションタイプとは、サポートスイマーの腕がストレートであり、手の位置が以下の通りである場合：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) 手のひらを重ねる。</li> </ul> 





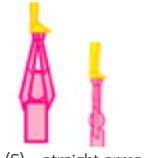


	b) 手首を合わせ、手のひらでフィーチャードスイマーの足または手のひらをつかむためのオープン「コーン」を作る。	
	c) フィーチャードスイマーを支える腕の手首を手でつかむ。	
viii.	1P1P および1F1P の場合：サポートスイマーは、片方の手のひらで肘または肘から肩までの領域を保持できる。手のひらで手首部分を保持できない場合は、別のコネクト (XS) となるため、ベースマークの対象となる。	
<p>例 1P1P :</p> 	<p>許容：</p> <p>片手の手のひらで肘またはそれより下 (肘から肩までの範囲) を保持すること。</p> 	<p>不可：</p> <p>明らかに手首の部分を保持すること。</p> 
<p>例 1F1P :</p> 	<p>許容：</p> <p>片手の手のひらで肘またはそれより下 (肘から肩までの範囲) を保持すること。</p> 	<p>不可：</p> <p>明らかに手首の部分を保持すること。</p> 



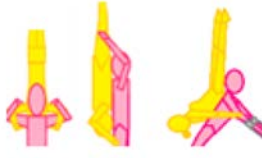

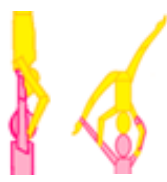


**グループBのコンストラクションにおいて、使用しなければならないコネクシオンの種類：**

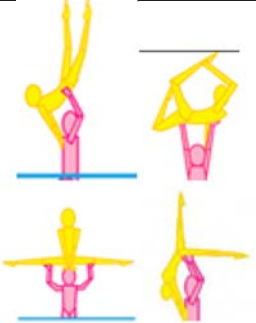

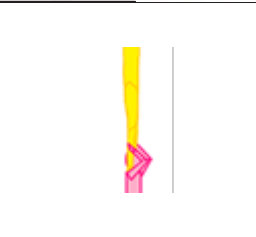

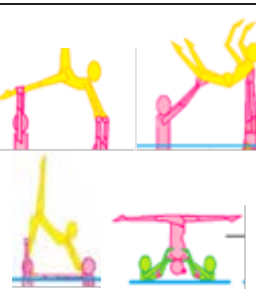
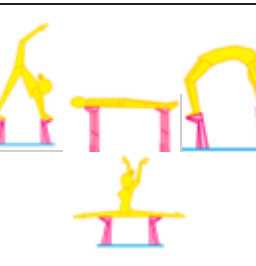
(※この表と元のコネクシオン表およびコンストラクション表の内容に不一致がある場合は、元のコネクシオン表およびコンストラクション表が優先される。)

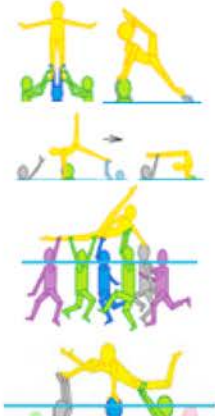

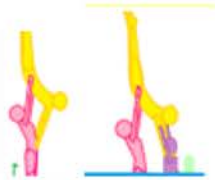



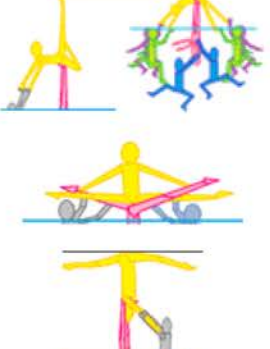
Construction	Connections
<b>St</b>	1P1P, 1PPx, PP, FP, SiSb, Bp, E, PH/, AP, SiS, FS, F1S, Tw, S+, 1PH 1F1P, 1F1F (in case support swimmer is in head-up vertical split position)
<b>StH</b>	1P1F, FF, FF/ , PF, ShF, LayF, SiF, S+, 1F1F, H1F/, HT+
<b>2SupU</b>	Le, 1FH+1FP, PP2
<b>2SupD</b>	Tow
<b>2SupM</b>	Le, Ch
<b>2SupD2F</b>	Tow
<b>L</b>	Li
<b>L2F+</b>	Li
<b>St&gt;</b>	PP, PF, Bp, ShF, E, F1S, LayF, 1P1F, 2pH, PH/ (must have symbol ∞ with connection code)
<b>LH</b>	LiH
<b>Lh2F</b>	LiH

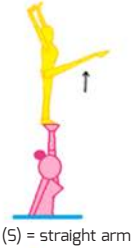
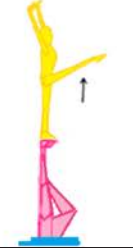


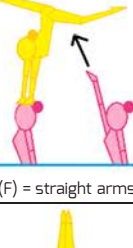
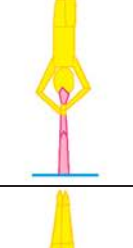

**Area of support - Group B:** Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S)

No.	Picture	Type of Connection	Area of both Supports	Support	Featured swimmer	Average	Bonus/ Deduction	Total
1	 (F) + (S) = straight arms	1 palm (F) on 1 palm (S)  Extra small + Extra small  <b>1P1P</b>	Extra small + Extra small	1.2 (average for both)			0.3 - Vertical body on palm -0.2 for stabilization catch the support arm	<b>1.30</b>
2	 (F) = straight arm	1 palm (F) on 1 foot (S)  <b>1P1F</b>  <b>∞</b>	Extra small+ small	1.2	0.5	0.85	+0.2 ALL BODY ON 1 PALM	<b>1.05</b>
3	 (F) + (S) = straight arms	(F) balances on 1 palm on the "XS" type of grip of the (S)  <b>1PPx</b>	Extra small + Extra small	0.6	1.2	0.9	+0.2 Vertical body on palms - 0.1 for 2 palms	<b>1.00</b>
4	 (F) + (S) = straight arms	Palms (F) to Palms (S)  (S) and (F) can hold as XS grip (with hands together) or with hands apart  <b>PP</b>  <b>∞</b>	Extra small + Extra small	0.6	0.6	0.6	0.2 Body on palms	<b>0.80</b>
5	 (S) = straight arms	1 foot/2 Feet (F) on palms (S)  (S) can hold as XS grip (with hands together) or with hands apart  <b>FP</b>	Extra small + small	0.6	0.5	0.55	+0.15 for power press	<b>0.70</b>
6		Feet (F) on feet (S)  With NO help from spotters or base swimmers  <b>FF</b>	Small + small	0.5	0.5	0.5	+0.1 No Capture	<b>0.60</b>
7		Feet (F) on feet (S) with help from base swimmers or spotters  <b>FF/</b>	Small + small	0.5	0.5	0.5	-0.225 for additional spotters help on side	<b>0.275</b>


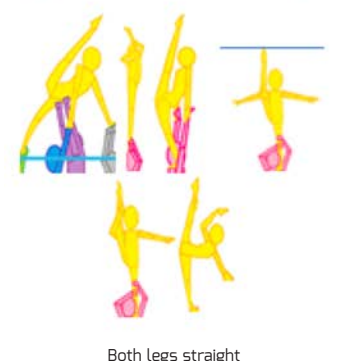


8		Palms (F) on feet (S)  <b>PF</b> <b>∞</b>	Extra small + small	0.6	0.5	0.55	- 0.1 for capture with support	<b>0.45</b>
9		Lower back (F) sits on shoulder blades (S)  Blind Connection  <b>Sisb</b>	Small + medium	0.5	0.3	0.4	Minus 0.1 for capture and minus 0.1 for close to support but +0.2 (for blind connection) Touch (not "sit") +0.1	<b>0.50</b>
10		"Backpack" grip: Back-to-back blind connection  The back of (F) touches the back of (S).  <b>Bp</b> <b>∞</b>	Big + Big	0.1	0.1	0.1	0.2 (for blind connection) - 0.15 for strong "double" hand connection between 2	<b>0.15</b>
11		Shoulders (F) on feet (S).  Note: (F) may hold legs of (S)  <b>ShF</b> <b>∞</b>	Small + medium	0.5	0.3	0.4		<b>0.40</b>
12		"Eiffel" grip: Palms (F) on shoulders (S)/ Palms (S) on shoulders (F) (Not a handstand)  (S) and (F) may hold one side with a varying grip (like image on right). One grip must always be palms to shoulders.  <b>E</b> <b>∞</b>	Medium/Small+Me dium/ small	0.5 0.3	0.5 0.3	0.4	-0.025 close to center of mass	<b>0.375</b>
13	  (F) = straight arm (the one on the head)	Palm (F) on head (S) + palm/palm connection  <b>PH/</b> <b>∞</b>	Extra small + extra small + help	0.6	0.60	0.6	Plus connection head 0.05  0.3- all body on palm -0.1 for balance capture arm	<b>0.85</b>
14		Lift ONLY on heads above water: (F) stand/lay/sit on 2-4 heads of base swimmers (S)  Arms/legs of (F) may only be connected to heads which must be visible above water  <b>LiH</b>  <b>Note: base swimmers (for safety) may hold featured swimmer</b>	4 medium supports = big sustainability	0.1	0.1	0.1	0.3 bonus for head connection  Risk+0.05	<b>0.45</b>






15		<p>All (F) body on palms of (S) (lay or sit)</p> <p>(F) may have additional connection to (S)</p> <p>Note: (S) arms ABOVE or at same level with top of the head</p> <p><b>AP</b></p>	Extra small + big	0.6	0.1	0.35	Bonus 0.1 all body on palms; (close to support center of mass) (-0.1)	<b>0.35</b>
16		<p>(F) Sit/hang or lay on shoulders (S)</p> <p><b>SiS</b></p>	Medium + big	0.3	0.1	0.2	(close to support center of mass) (-0.1)	<b>0.10</b>
17		<p>Feet (F) on Shoulders (S)</p> <p><b>FS</b></p>	Medium + small	0.3	0.5	0.4	-0.3 (for 2 hand capture by support) -0.15 for Stable, not risk connect -stabilization balance (divide by 2)	<b>0.025</b>
18		<p>Foot (F) on a shoulder (S) + (F) can have additional connection with (S)</p> <p><b>FIS</b></p> <p><b>∞</b></p>	Medium + Small	0.3	0.5	0.4	minus 0.275 for extra support (2 hands+leg sometimes)	<b>0.125</b>
19		<p>"Lemur" grip</p> <p>Construction is 2 support athletes with at least 1 head-up. (F) lays, stands, hangs, or sits on their hands or is in a head-down position. (F) can also hold shoulders of one (S)</p> <p><b>Le</b></p>	Big + small	0.1	0.5	0.3	Minus 0.1 for 2 supports + coordinate balance 0.05 between 2 people	<b>0.15</b>
20		<p>"Tower" grip</p> <p>Construction 2 support athletes head-down, (F) lay, stand, hang, or sit on their hands or is in a head-down position</p> <p><b>Tow</b></p>	medium + medium	0.3	0.3	0.3	Minus 0.05 for capture	<b>0.25</b>



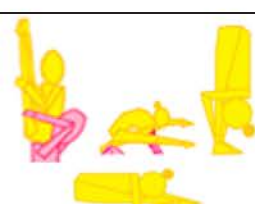
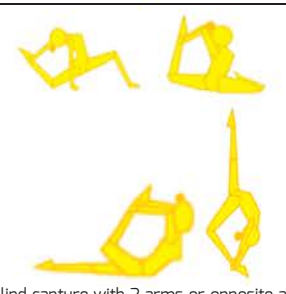

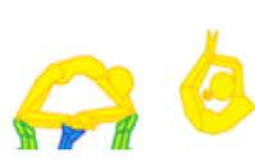
21		<p>Simple lift: Base swimmers hold (F)</p> <p>Note: (F) may use support of head/s of base swimmers/ spotters</p> <p><b>Li</b></p>	Small + big	0.5	0.1	0.3	-0.225 (for 3 or more hands capture by base swimmers; stable)	<b>0.075</b>
22		<p>"Chameleon" grip</p> <p>Construction 2 supports, one of them head-down. (F) connects to one (S) by stomach, and to second (S) by feet/legs, hands (3 points)</p> <p><b>Ch</b></p>	Medium+medium+ Small+Small = average	0.3 0.3	0.5 0.5	0.4	Minus 0.1 for 2 supports	<b>0.30</b>
23		<p>Twins</p> <p>(F) holds the stomach of (S) and (S) holds pelvis of (F)</p> <p>Or</p> <p>(F) holds the shoulders of a spotter and (S) holds the pelvis of (F)</p> <p><b>Tw</b></p>	Big + big	0.1	0.1	0.1		<b>0.10</b>
24		<p>(F) Lay/Hang on Feet (S)</p> <p><b>LayF</b></p> <p><b>∞</b></p>	Small+ Big	0.5	0.1	0.3	-0.125 close to the support (center of mass lays exactly on support)	<b>0.175</b>
25		<p>(F) Sit on feet or 1 foot of (S)</p> <p><b>SiF</b></p>	Extra small+ Med	0.5	0.2	0.35	-0.1 for center of mass close to support -0.05 for stability catch	<b>0.20</b>
26		<p>Construction: Two (S) head-up, (F) 1 leg stays on a head of first (S) and 2<sup>nd</sup> leg on palms (near head) of second (S)</p> <p><b>1FH+1FP</b></p>	Small+ extra small + Extra small + Small+ help	0.5	0.6	0.55	Plus connection head 0.2 Minus -0.2 for 2 supports	<b>0.55</b>
27		<p>(F) Sit, stand or lay on Stack or Stack head-down with spotter/s</p> <p><b>S+</b></p>	Small+ Big	0.5	0.1	0.3	-0.25 for spotters	<b>0.05</b>





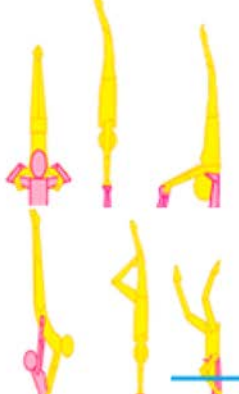
28	 (S) = straight arm	(F) 1 foot on 1 palm (S)  <b>1F1P</b>	Small+ extra small	1.2	0.6	0.85	+0.4 ALL BODY ON 1 PALM	<b>1.25</b>
29		1 foot (F) on 1 foot (S)  <b>1F1F</b>  Leg of (S) on which (F) balances must be straight. The leg on which (F) stands must be straight.	Small+small	0.5	0.5	0.5	Bonus for no connect 0.1  1 body part multiply on 2	<b>1.10</b>
30	 (F) = straight arm	1 palm (F) on 1 head (S) grip.  <b>1PH</b>	Extra small+ small	1.2	0.6	0.85	+0,3all body on 1 palm +0,2 connection with head +balane bonus 0,05	<b>1.40</b>
31	 (F) + (S) = straight arms	Palms/Palms connection on 2SupU Stack.  <b>PP2</b>	small/small+ Small/small	0.6	0.6	0.6	+0.05 bonus for balancing in between 2 supports	<b>0.65</b>
32	 (F) = straight arms	<b>Transitional stack only:</b> Palm(s) on the head of (S). (S) can help (F) to keep balance with their hands.  <b>2pH</b> <b>∞</b>	Small +Small	0.6	0.6	Capture	+0.175 connection to head -0,05 close to support centre of mass	<b>0.775</b>
33		Head of (F) on 1 foot of (S). (F) hand(s) connected to leg of (S).  <b>H1F/</b>	Extra small + small	1.2	0.6	0.85	+0,2 balance on head only with head  -0,1 for capture	<b>0.95</b>
34		Head of (F) on 2 feet of (S), with hand(s) of (F) holding leg(s) of (S).  <b>HT+</b>	Small+small	0.6	0.6	0.6	+0,25 balance on head only with head  -0,1 for capture	<b>0.75</b>

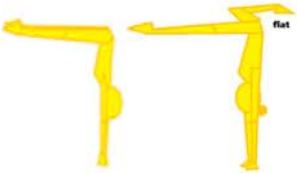





d) コンポーネント P - ポジション

Group B Positions								
No.	Picture	Name and code	Vestibular load/ Difficulty to balance	Presence or absence of a helping hand (capture)	Type and level of flexibility+ Deviation of torso from inner axis	Total	Value if Position 2	Code for position 2 (level)
Stand on 1 Leg: <b>HEAD-UP</b> with leg Forwards/Sideways Head-Up = the torso and head must be within 90 degrees of a head-up vertical position (no allowance).								
1		Heron  <b>he</b>	Stand on 1 Leg: HEAD-UP with leg Forwards/Sideways	Can be with or without capture	Leg (thigh) 135° or less  Leg bent or straight	0.125	0.062	2he
		can be with arch in back	0.075	0	0.05			
2	  Both legs straight	Vertical Split  <b>vs</b>	Stand on 1 Leg: HEAD-UP with leg Forwards/Sideways Both legs straight.	Can be with or without capture	Straight "upper" leg forwards or sideways 180° + can have torso deviation up to 90 degrees as per head-up rule	0.30	0.10	2vs
			0.075	0	0.225			
3	  Must see capture (not just a touch) with both hands and the opposite arm behind the head OR with just the opposite arm/hand, behind the head	Glass  <b>gl</b>	Stand on 1 Leg: HEAD-UP with leg Forwards/Sideways	Yes - both hands and the opposite arm behind the head OR with just the opposite arm/hand, behind the head	Straight leg sideways 180°	0.40	0.20	2gl
			0.075	0.025	0.3			
Stand on 1 leg: <b>HEAD UP</b> with leg Backwards. Head-Up = the torso and head must be within 90 degrees of a head-up vertical position (no allowance). Positions in this subgroup are different from "sideways" positions and need to have hips square, and leg backwards.								
4		Ballerina  <b>ba</b>	Stand on 1 leg: HEAD UP with leg Backwards	Can be with or without capture	Arch with leg back at 90° (straight or bent at knee). May have torso forwards up to 90 degrees as per head up definition.	0.15	0.075	2ba
		can lean forward	0.075	0	0.075			




5	 <p>Can be on 1 knee Must have leg capture (any arm)</p>	Sail  sa	Stand on 1 leg: HEAD UP with leg Backwards	Must have leg capture (any arm)	Arch with bent leg back 135° or more and must have torso <b>forwards</b> 90° as per Head Up definition	0.325	0.162	2sa
			0.075	0.025	0.225			
6		Needle  ne	Stand on 1 leg: HEAD UP with leg Backwards	Can be with or without capture	Arch with torso forwards 90° as per Head Up definition and 180° between legs (both straight)	0.425	0.212	2ne
			0.075	0.1	0.25			
7	 <p>Can be on 1 knee. Blind capture with 2 arms or opposite arm, (elbow/s point forwards - not a "side" capture)</p>	Eye  ey	Stand on 1 leg: HEAD UP with leg Backwards	Yes - Blind capture with 2 arms or opposite arm.	Leg (straight or bent) backwards 135° or more with torso as per Head Up definition	0.50	0.25	2ey
			0.075	0.2	0.225			
<b>Standing on 2 Legs – HEAD-UP</b>								
Head-Up = the torso and head must be within 90 degrees of a head-up vertical position (no allowance).								
8		Stand  sd	Stand on 2 legs HEAD-UP	-	Stand on 2 legs (apart or together or can be on 1 knee) Can have an arch in back. Torso as per Head Up definition.	0.05	0.025	2sd
			0	0	0.05			
<b>FREE POSITIONS</b>								
9		Monkey  mo	Open Tuck/Pike variations, Chair variations – head-up or head-down	Can be with or without capture	Legs are close to centre of mass ie. Chair variations, "open pike variations", different kind of sits where legs are close to centre of mass.	0.075	0.037	2mo
			0	0	0.075			

10		Porcupine	Tuck (both knees bent and closed to chest (within 90° from chest)	Can be with or without capture	Different variations of tuck on the support (laying, standing on palms, head-down etc)	0.10	0.05	2pp
		pp	0	0	0.1			
11		Cat	Stand on 3 or 4 limbs (points of support)	-	Stand on 3 or 4 limbs (foot+2 palms or 1 palm+2 feet or 2 feet+2 palms) Horizontal alignment of torso which can be arched back or bent forwards. Arms/Legs can be bent or straight. If standing on one leg the other leg can be in a free position.	0.025	0.012	2ct
		ct	0	-	0.025			
12		Shrimp	Legs straight and torso touches legs	Can be with or without capture	Both legs straight apart or together. Torso touches legs (legs within 45° of the torso as per allowance)	0.175	0.087	2sh
		sh	0.05	0	0.125			
13	 <p>Blind capture with 2 arms or opposite arm Blind capture = elbow(s) required to be pointing forwards</p>	Harp	Sit/Lay/Hanging Head-Up or Head-Down	Blind capture with 2 arms or opposite arm Blind capture = elbow(s) required to be pointing forwards	Obvious arch in the back. Captured leg is bent. Other leg is in a free position.	0.45	0.225	2hp
		hp	0.05	0.1	0.3			
14		Flamingo	Lay torso/head horizontal with legs free (not cobra)	Can be with or without capture	Straight torso on the horizontal axis, can have arch in back. Legs straight or bent.	0.225	0.112	2fl
		fl	0.05	0	0.175			
15	 <p>Blind capture with 2 legs and 2 arms Elbows must point forwards.</p>	Turtle	Lay with arch in the back (stomach upwards, downwards or sideways)	Yes - Blind capture with 2 legs and 2 arms + elbows must point forwards	Arch in back. Legs can be bent.	0.375	0.187	2tu
		tu	0.05	0.15	0.175			

Horizontal aligned positions – <b>HEAD-UP</b>								
Head-Up = the torso and head must be within 90 degrees of a head-up vertical position (no allowance).								
16	 <p>Can be also on stomach or on the side</p>	Cobra  co	Lay whole body horizontal Head-Up	-	Horizontal aligned body. Can have arch in back up to 45° from horizontal line. Knees can be slightly bent. Legs can be up to 45° from horizontal line	0.15	0.075	2co
			0.05	0	0.10			
17		Split  spl  (Can be lay on stomach or back)	Sit/Lay in a Split Position (or variant) Head Up	Can be with or without capture	Must have from knee-to-knee an alignment of 180° with 45° allowance. Leg(s) may be bent.	0.28	0.14	2spl
			0.05	0	0.23			
18		Scorpio  so	Lay torso horizontal on stomach Head-Up Arch in the back	-	90-degree arch between the back and at least one leg. Legs can be bent.	0.275	0.137	2so
			0.05	0	0.225			
19	 <p>Blind capture with 2 arms or with opposite arm Elbow(s) must point forwards.</p>	Pin  pi	Lay with stomach upwards or downwards. Arch in the back with straight legs. Head-Up	Yes – Blind capture with 2 arms or opposite arm (elbow(s) must point forwards)	180° between straight legs and arch in back	0.60	0.30	2pi
			0.05	0.20	0.35			
Head-Down								
Head-Down = the torso and head must be within 90 degrees of a head-down vertical position (no allowance).								
20		Bamboo  bb	Head-down Vertical Position (including variants) At least one leg must remain in VP "cone" (within 45 degrees of vertical line)	-	Small arch in back allowed. At least one leg must remain in VP "cone" (within 45 degrees of vertical line)	0.15	0.075	2bb
			0.1	0	0.05			

21		Box  bo	Head-down 90° Pike Position At least one leg straight	-	90° Pike Position. Legs together or apart. At least one leg straight at 90 degrees.	0.20	0.10	2bo
			0.1	0	0.10			
22		Firefly  ff	Head-down 90° Pike Position Both legs straight Hips with legs turned sideways (hips turned 90° from torso)	-	Hips with both legs clearly turned 90° from torso	0.275	0.137	2ff
			0.10	0	0.175			
23		Willow  wi	Head-down Arch in the back with at least one leg straight and 90° back from vertical line.	No	Arch in the back with at least one leg straight and 90° back from vertical line.	0.25	0.125	2wi
			0.15	0	0.1			
24		Bridge  br	C-shape arch of the back head-down standing or hanging. Legs/arms can be bent or straight	No	C-shape arch of the back head-down standing or hanging. Legs/arms can be bent or straight	0.325	0.162	2br
			0.05	0	0.275			
25		Owl  ow	Split with straight legs Head-down	-	Must have straight legs split apart 180° (with a 45° allowance)	0.30	0.175	2ow
			0.15	0	0.15			
26		Marlin  ma	Head-down with arch in the back and connection to the head with at least the toes of 1 foot (no allowance)	-	Head-down with arch in the back and connection to the head with at least the toes of 1 foot (no allowance)	0.35	0.175	2ma
			MUST touch head with at least the toes of 1 foot - NO ALLOWANCE	0.15	0			

Positions with Extreme Flexibility: It is recommended these positions are only used by athletes who have the appropriate level of strength, flexibility and body awareness to perform these types of body positions safely. If executed incorrectly, there is a high risk of severe injuries.

27		Drop  <b>dr</b>	Head-down Standing on 2 straight legs (not hanging)	Yes - blind capture with 2 arms. (elbows forward) Can catch 1 leg or both legs with 2 arms.	Arch (back almost 180°)	0.80	0.40	2dr
			0.2	0.3	0.3			
28		Queen  <b>qu</b>	Head-down Stand on 1 straight leg	Yes - blind capture with 2 arms or opposite arm. (elbow(s) forward)	Arch (back almost 180°) and must have from alignment of 180° with both legs straight	0.70	0.35	2qu
			0.1	0.2	0.4			
29		Snail  <b>sn</b>	Head-down Balance on 1 knee/shin (not hanging). Other foot can't be helping to support the position (ie standing on a support/base)	blind capture with 2 arms or opposite arm capture (elbow(s) forward) Max arch in back	Balance on 1 knee/shin (not hanging). Other foot can't be helping to support the position (ie standing on a support/base)	0.475	0.238	2sn
			0.15	0.20	0.125			

#### d) コンポーネント R - コンストラクションベースの回転


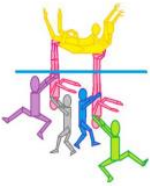
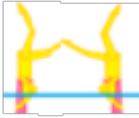
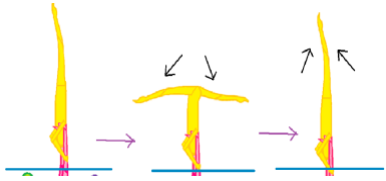
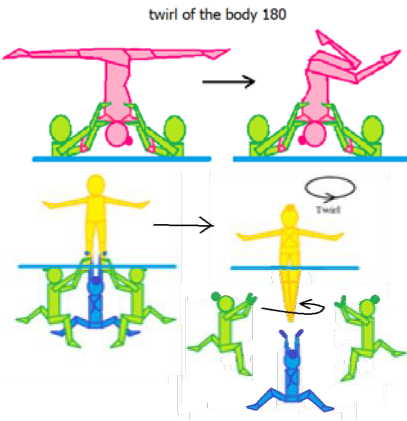
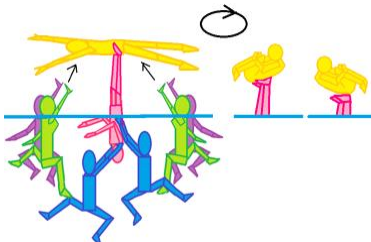
サポートスイマー（例：スタックやヘッドダウンスタック）の回転は、サポートスイマーが回り始めた時点からカウントする。  
場合によって、上昇中に回転が始まり、フィーチャードスイマーが回転中に脚を上げることがあるが、これはベースマークには該当しない。

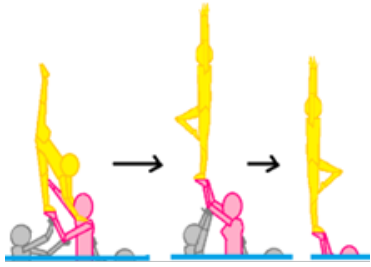
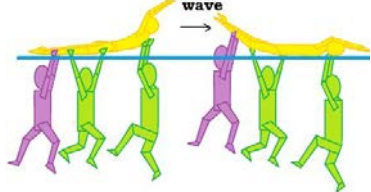
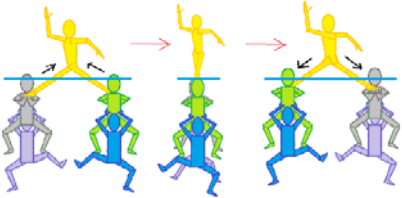
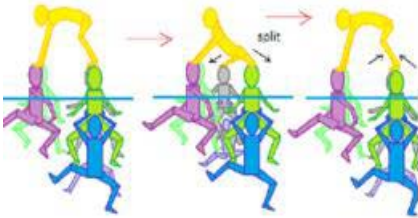

Values for Rotation of the Construction Base in Group B						
Type	Degree of rotation					To be used with these connections:
	90°	180°	360°	540°	720°	
Value for Stack where support swimmer with featured swimmer on top rotates on the vertical axis.  <b>The featured swimmer stands on 2 feet on the shoulders of the support swimmer.</b>	-	<b>r0.5/</b>  <b>0.05</b>	<b>r1/</b>  <b>0.10</b>	<b>r1.5/</b>  <b>0.15</b>	-	<b>ONLY</b> Connection F5
Value for Stack where support swimmer with featured swimmer on top rotates on the vertical axis.  <b>The support swimmer must be head up.</b> <b>The featured swimmer can be head up or head down.</b>  <i>**If featured swimmer stands on 2 feet on shoulders (F5) these codes are not valid.</i> <i>Must use above (r0.5/r1/r1.5/).</i>	-	<b>r0.5</b>  <b>0.10</b>	<b>r1</b>  <b>0.20</b>	<b>r1.5</b>  <b>0.30</b>	-	FP SiSb Bp E AP SiS F1S Tw 1F1P S+ (when support is head-up) PP (when featured swimmer is not in handstand - for example shrimp) 1F1F (when support is head-up)

<p>Value for Stack where support swimmer with featured swimmer on top rotates on the vertical axis.</p> <p><b>The featured swimmer stands on 1 leg with other leg at 135 to 180 degrees.</b></p> <p>The position(s) with 1 leg 135-180° must be maintained through the whole declared rotation of the construction. This means for position 1, or positions 1 and 2, or positions 1, 2 and bonus for 3rd - the leg can't drop out of 135-180° (inclusive of allowance) For example: Position 2 must be with equal "leg-position" (135-180°) to Position 1 (ie Eye, Needle, Sail, Vertical Split, Glass etc).</p> <p>Note: the rising/moving of the position to a one leg position with the other leg at 135-180° can occur while the construction is ascending/turning. This is when the DTCs will start counting the rotation.</p>	-	r0.5+	r1+	r1.5+	r2+	<p>F15 1F1P 1F1F FP (when featured swimmer stands on 1 foot)</p>
<p>Value for Stack where support swimmer with featured swimmer on top rotates on the vertical axis</p> <p><b>The featured swimmer is in a "Handstand" connection</b></p> <p><b>OR</b></p> <p><b>The support swimmer is in a head-down construction</b></p>		-	r0.5!	r1!	r1.5!	r2!
<p>Value for Lift - big water resistance for base athletes while <b>the entire construction</b> rotates including the base swimmers.</p> <p>Rotation starts from the surface, not from underwater.</p>	r/L		r0.5L	r1L	-	-
<p><b>重要：</b> グリップ <b>Le</b>、<b>Tow</b>、<b>Ch</b> では、コンストラクションの回転ではない。サポートスイマーが回転せず、フィーチャードスイマーだけが回転する場合（例えば、自身沈みながら回転する場合は、グループBのトワールボーナス (<b>Twirl</b>)を申告する。</p>						

f) コンポーネント T - 回転の面と角度  
グループBには該当しない

g) コンポーネント B – ボーナス





List of additions, bonuses, and risk-elements in Group B			
Code	Description	Diagram	Value
<b>Dbl</b>	<p><b>Synchronized actions for double acrobatic movements</b></p> <p>Where swimmers are divided into two groups (separate small constructions. Usually 3 swimmers underwater + 1 featured swimmer) who perform identical (equal/same) simultaneous acrobatic movements.</p> <p>Note 1: "Mirror action" is possible – ie constructions face each other and featured swimmers both are lifted back-to-back or face to face.</p> <p>Note 2: The two featured swimmers may be connected with each other.</p>		<b>0.20</b>
<p><b>Note on Dbl bonus: How to differentiate a construction with 2 supports and 2 featured swimmers vs bonus for double acrobatic movement:</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>2 supports with 2 featured swimmers (2SupD2F)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>1 acro (5th) with bonus for double acro movement and connection between 2 featured swimmers.</p> </div> </div> <p>In 2SupD2F we clearly can see that both supports and both featured swimmers form "a whole" construction and "look unified" (the weight of both swimmers is distributed between two supports). But in a second example, we clearly see 2 identical "small" acrobatic movements where featured swimmers are just connected in a touching manner. The 2nd acro can't use 2SupD2F, but instead 5th with the bonus for double acro and if clearly connected the bonus for a connection.</p>			
<b>Pos3</b>	<p><b>Third position</b></p> <p>Example: at the end of acrobatic movement closing legs from split to vertical or tucking (any additional position 3rd, 4th, 5th etc.).</p> <p>This bonus should be declared only once no matter how many positions featured swimmer will perform after the first 2 declared ones.</p>		<b>0.05</b>
<p>Can't be combined in the same acrobatic.</p> <p>You can only choose 1 of these!</p>	<p><b>Twirl</b></p> <p>"Twirl" of featured swimmer in Group B 180° and more (head-up or head-down).</p> <p>Support swimmer does not rotate. Only the featured swimmer rotates (180-360). Support or base swimmers stay static.</p> <p>For this bonus only the featured swimmer may remain on the construction for the twirl OR the support/base swimmers can let go (disconnect) and the featured swimmer twirls while submerging.</p> <p>At least 180 MUST be achieved by the featured swimmer's waist (no allowance)</p>	<p>twirl of the body 180</p> 	<b>0.10</b>
	<p><b>RotF</b></p> <p>Featured swimmer <b>rotates on feet</b> of support 180-360°</p> <p>Support swimmer does not rotate. Only the featured swimmer rotates (180-360). Support or base swimmers stay static.</p> <p>The featured swimmer rotates on the feet of the support. Featured swimmer must be on horizontal plane on their stomach or on their back.</p>		<b>0.20</b>

	<p><b>SdUp</b></p> <p><b>Stand-up</b> (lifting torso) from a head-down position.</p> <p>For example: Owl to Heron</p>		<p><b>0.10</b></p>	
	<p><b>Wave</b></p> <p><b>“Wave”</b> movements</p> <p>Featured swimmer(s) must be lifted up/away from the surface.</p>		<p><b>0.10</b></p>	
<p>Can't be combined in the same acrobatic.</p> <p>You can only choose 1 of these!</p>	<p><b>Moon</b></p>	<p><b>“Moonwalk”</b>: Lift-up from split, legs sliding and changing place and opening back to the split on surface</p> <p>Base swimmers hold legs of featured swimmer and move underwater to change position of the featured swimmer. The featured swimmer can either move 1 leg while the other leg remains static or moves both legs at the same time. Legs can move forwards/backwards.</p>		<p><b>0.275</b></p>
	<p><b>Mov</b></p>	<p><b>Moving base lift</b></p> <p>Base swimmers move backward and then return.</p> <p>OR</p> <p>Base swimmers pass through each other under the featured swimmer.</p>		<p><b>0.70</b></p>
	<p><b>Hold</b></p>	<p><b>Long holding lift - 3 seconds and more</b> (Timed by the DTCs)</p> <p>Time starts when featured swimmer achieves maximum height and ends when featured swimmer starts submerging.</p> <p>Hold bonus declaration and rotation of the construction declaration CAN'T occur simultaneously.</p>		<p><b>0.50</b></p>


## 29.7.1.2 グループP

### a) コンポーネントC - コンストラクション

グループPのコンストラクションは、水中から持ち上げることも、水面からスタートすることもできる。プラットフォームの終了は、コンストラクションの降下、または水面上での「regroup」アクションとして行うことができる（例えばフィーチャードスイマーがプラットフォームからダイブし、サポートスイマーがキックをし、その間にベーススイマーが保持するのをやめてルーティンが続ける場合など）。

Group P Construction – Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S)									
No.	Picture	Name and number of levels	Difficulty of coordinating actions and number Formations	Support: Body position and level of sustain-ability	Support: Type and level of flexibility or maintain position	Airborne weight	Area of full construction, Proximity between swimmers	Tempo of acceleration and push (lift/throw)	TOTAL
1		Platform where (S) is horizontal with straight body	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	straight body	2	Type 2	slow-med	1.00
		<b>P</b>	0.3	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	
2		Platform where (S) is head-up with the torso bent at 90°, legs straight at the surface.	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)+torso up (core hold)	Pike with 90 degrees angle between legs and torso	2	Type 2	Slow-med	1.10
		<b>Box</b>	0.3	0.15	0.15	0.2	0.2	0.1	
3		Platform where (S) is horizontal with straight body and bent knees	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	straight body	2+ may have bent knees	Type 2	slow-med	1.05
		<b>Knees</b>	0.3	0.1	0.1	0.25	0.2	0.1	
4		Platform where (S) is in a Ballet Leg position	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	Thigh forward 90 degrees	2+leg with thigh on the vertical axis	Type 2:	slow-med	1.20
		One thigh of (S) must be on the vertical axis. The shin of the vertical leg can be straight or bent at 90° max (parallel to the surface)							
		<b>B</b>							


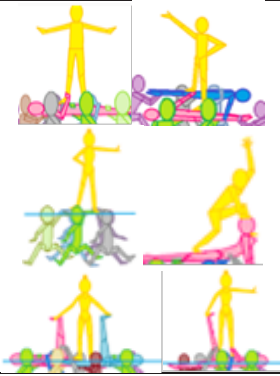
5		<p>Platform where (5) is in a Double Ballet Leg position</p> <p>Both thighs of (5) must be on the vertical axis. The shins of the vertical legs can be straight or bent at 90° max (parallel to the surface)</p> <p><b>DB</b></p>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	thighs forward 90 degrees or one leg forward vertical + one thigh vertical	2+two legs with thighs on the vertical axis	Type 2:	slow-med	1.30
		0.3	0.1	0.2	0.4	0.2	0.1		
6		<p>Platform where (5) is horizontal on stomach with bent knees or in an arch "Chariot" (either legs up or torso up)</p> <p><b>Chariot</b></p>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying o)	straight body+ bent knees or arch	2	Type 2	med	1.15
		0.3	0.1	0.15	0.2	0.2	0.2		
7		<p>Platform from 2 support swimmers (any variation such as straight bodies, 1 or 2 Double or Single Ballet Legs)</p> <p>There <b>MUST</b> be base swimmers under <b>both</b> (5).</p> <p><b>2S</b></p>	*Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying) 1	static straight body or ballet leg(s)	3	Type 2	slow-med	1.25
		0.45	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1		
8		<p>Platform "Flower" (3-8 swimmers form support from legs) + Others are base swimmers</p> <p><b>Flower</b></p> <p>Minimum requirement for this acro: 1 base swimmer + 3 support+ 1 featured swimmer = total 5 athletes</p>	Med	No	static straight body	4-8	Type 3	-	1.00
		0.1	0	0.1	0.8	0	0		


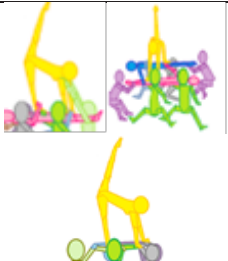
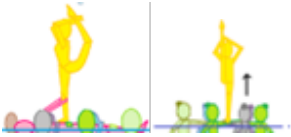
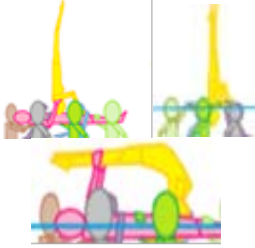


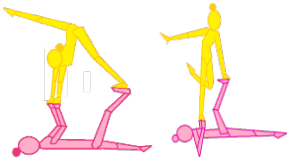
9	 <p>May or may not have Base swimmers</p>	Platform made from hands/arms. Base swimmers form geometrical figure/or stable support from their hands/arms at the surface on top of which (F) balances	Hard	No	no	1	Type 1	small	0.80
		<b>Hand</b> May or may not have base swimmers	0.3	0	0	0.1	0.1	0.3	

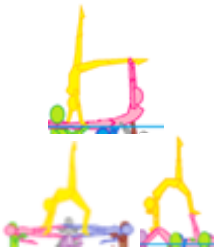




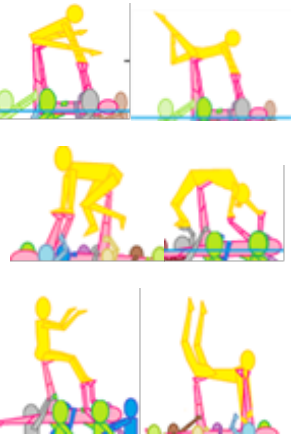

b) コンポーネント D - 方向  
 グループ P は該当しない

c) コンポーネント S - サポートエリア / コネクションタイプ

i.	SiA, F2A, 3pA, HA, 1FA, FA+PF, 2pA/, BA, 2pBb のコネクション：安全上の理由から、サポートスイマーやベーススイマーは、フィーチャードスイマーがバランスを維持できるようサポートすることが可能。
ii.	FAb, SP+K, 3pK, 3pS, 3pbA, SP+L, SiF+Pb, ShF+P, L/SiF+P, 4p, DBB, 2pK, >1F1P, >2P2P, 2b/, SP+TF, ShiShi+, HP+L のコネクション：サポートスイマーは定義に従ってフィーチャードスイマーを既に / 自動的に保持している。

Area of support – Group P: Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S) In all grips if nothing is specified the support swimmer(s) arms can be straight or bent.									
No.	Picture	Type of Connection	Support	Featured Swimmer	Average	Support/ base holds f-swimmer	Bonus/ Deduction	Total	
1		(F) sits or lays on big area of support such as: straight or arched body or hands/arms constructions.	Big	med		Doesn't matter (can be)	-0.05 to close to support	0.10	
		<b>SiA</b>	0.10	0.2	0.10				
2		(F) stands (two legs, two feet) on a big area of support such as: straight or arched body or hands/arms or ballet leg/s constructions. (F) may hold (S) (like one/two hand(s) on one/two Ballet Leg(s), or hand on head)	Big	Medium (2 feet)		Doesn't matter (can be)		0.20	
		<b>F2A</b>	0.1	0.3	0.2				

3		<p>(F) stands (two legs, or 1 leg) on a big area of support such as: straight or arched body or ballet leg/s constructions + blind connect to (S)</p> <p>Blind connect = (S) and (F) look opposite ways (usually connected palms to palms)</p> <p><b>FAb</b></p>	Big	Medium (2 feet)		Yes	+blind	0.20
			0.10	0.30	0.20	-0.10	0.1	
4		<p>(F) connects at 3 points standing with at least one leg on a big area of support such as: straight or arched body or hands/arms constructions.</p> <p><b>3pA</b></p>	Big	Extra small + small (1 foot)		Doesn't matter (can be)	-0,15 connect to sup	0.15
			0.1	0.4	0.3			
5		<p>(F) stands on 1 leg on a big area of support such as: straight or arched body or hands/arms constructions.</p> <p><b>1FA</b></p>	Big	Extra small (1 foot)		Doesn't matter (can be)		0.40
			0.1	0.7	0.4			
6		<p>Headstand (F) on a big area of support such as: straight or arched body; or Head (F) can be between (S) legs or between the base swimmers hands/arms etc.</p> <p><b>HA</b></p>	Big	Small (head)		Doesn't matter (can be)	Centre of mass close to support	0.10
			0.1	0.5	0.3		- 0.2	
7		<p>(F) holds knees (S), (S) holds shoulders (F).</p> <p><b>SP+K</b></p>	Small + extra small	Medium (should-ders)		Yes		0.25
			0.4	0.3	0.35	- 0.1		
8		<p>(F) is connected to knee/s (S) and palms/shoulders by any 3 points (for example: 2 palms and 1 knee OR 1 palm and a knee and knees in palms of the support etc.)</p> <p><b>3pK</b></p>	Small + extra small	Extra small + small (1 leg/ knee)		Yes		0.30
			0.4	0.40	0.40	-0.10		
9		<p>3 points of connection with (S) on small area with (F): palms to palms and one foot to one foot (or palm to foot and foot to 2 palms)</p> <p><b>3p5</b></p>	Small	Small		Yes		0.40
			0.50	0.05	0.50	-0.10		

10		(F) is connected to a big area of support by any 3 points (for example: 2 palms and 1 foot OR 1 palm and 2 feet etc) in a blind connection where (F) does not see their foot/feet (for example bridge position)  <b>3pbA</b>	Big	Extra small+big		Doesn't matter (can be)	+blind + high cm	<b>0.45</b>
			0.1	0.6	0.3		+0.15	
11		One foot (F) stands on (S) who is in a ballet leg position + (F) holds/grabs the Ballet Leg (S) (can have additional support with another Ballet Leg)  <b>FA+PF</b>	medium	small (1 foot and 1 palm)		Yes	-0.05 for stability	<b>0.25</b>
			0.3	0.5	0.4	-0.1		
12		Shoulders (F) on palms (S) + (F) is connected by hands with the leg or 2 legs (S).  <b>SP+L</b>	Extra small	Medium (shoulders)		Yes	-0.05 for stability + high cm 0.025	<b>0.375</b>
			0.7	0.3	0.5	- 0.1		
13		(F) sits on feet or 1 foot (S) + blind connection to (S) palms to palms ((F) can't see the palms to palms connection)  <b>SIF+Pb</b>	Medium	Medium			+ blind +0.05 for connection	<b>0.35</b>
			0.3	0.3	0.3		+0.05	
14		Shoulders (F) on feet (S) + palms/palms connection between them  <b>ShF+P</b>	Medium	Small		Yes	High cm	<b>0.40</b>
			0.3	0.5	0.4	- -0.1	+0,1	
15		(F) sits or lies on the foot or two feet (S). (S) connected to (F) with their palms.  <b>L/SIF+P</b>	Small	Medium (bottom or lower stomach)		Yes		<b>0.30</b>
			0.5	0.3	0.4	-0.1		
16		4 points of connection - Palms (S) connected with ankles (F). Palms (F) connected with the ankles (S).  <b>4p</b>	Medium	Medium (shins)		Yes (double)		<b>0.10</b>
			0.3	0.3	0.3	-0.2		

17		Handstand (F) on a big area of support (2 palms) + can have additional help from base/support swimmer(s). Arms (F) must be straight with a limit of the top of the head for any bending due to execution (alignment with group B). <b>2pA/</b>	Small	Big		Yes	-0.025 for base swimmers help	0.275
			0.5	0.1	0.3	-		
18		Bridge position (F) with 4 points of connection on a big area of support. (can have extra help from base/support swimmer(s)) <b>BA</b>	Big	Small		Doesn't matter (can be)		0.30
			0.1	0.5	0.3			
19		Bridge position (F) with 4 points of connection on a Double Ballet Leg construction. (F) can face any way. The connection must be made between palms and feet of (S) and (F). <b>DBB</b>	Small	Small		Yes	Blind + high cm	0.50
			0.5	0.5	0.5	- 0.1	+ 0.1 +0,1	
20		2 points of connection (S) on platform construction Knees <b>2pK</b>	Small	Medium		Yes (double help)	-	0.20
			0.5	0.3	0.4	- 0.2		
21		(F) performs a transit to stand 1 leg on 1 or 2 palms (S). <b>&gt;FIP</b>	Extra*2	Small		Yes	-0.15 for transit	0.40
			1.2	0.5	0.85	-0.1		
22		2 blind points of connection with (S) (blind points of support- is when (F) does not see the leg they are connected on). Can have one extra point of connection with (S), or (F) can hold another support swimmer's leg. This connection is for Queen position only. <b>2pBb</b>	Small	Small/ Medium		Yes	+blind arch capture	0.55
			0.5	0.4	0.45	-0.1	+0.3	
23		(F) performs a transit to 2 arm handstand on both palms (S). (F) must have both arms straight with a limit of the top of the head for any bending due to execution (alignment with group B). <b>&gt;2P2P</b>	Extra*2			Yes	-0.2 for transit	0.60
			1.2		0.9	-0.1		

24		(F) hanging on 1 or 2 ballet legs of one or two (S) + help from base swimmer(s)  <b>2b/</b>	Extra small	small		Yes		<b>0.45</b>
			0.6	0.5	0.55	-0.1		
25		Chest on feet+ Hips on palms  Note: (F) may hold legs of (S) (depending on declared position)  <b>SF+TP</b>	Small-Med	Med		Doesn't matter	Centre of mass is ON the support	<b>0.25</b>
			05/0.3	0.3	0.4	-	-0.15	
26		Shin (F) connected to Shin (S) + (F) lays on the other foot of (S). (S) may have additional connection with base swimmers' head. (F) may have additional help of (S)  <b>ShiShi+</b>	Med	Extra small		No!!	Shin/knee+ Sheen/ knee bonus +0.3	<b>0.70</b>
			0.3	0.6	0.45	+0.1	-0.15 for head and extra help from support	
27		Head (F) on palms (S) + (F) connects with 1 or 2 legs(S)  <b>HP+L</b>	small	Extra small	yes	Yes	+0.1 for head connection	<b>0.425</b>
			0.5	0.6	0.55	-0.1	-0.125 for extra connection to legs	

### グループP：使用する必要があるコネクションタイプのコンストラクション

(この表と元の表およびコンストラクション表との間に矛盾がある場合は、元のコネクション表およびコンストラクション表が優先される。)

Construction	Connection
<b>P</b>	F2A; SiA; 1FA; 3pA; HA; >F1P; 2pA/; 4p; 3pbA; BA; >2P2P
<b>Box</b>	4p; 3pA; SiA; F2A; HA
<b>Knees</b>	2pK; 3pbA; 3pK; SP+K; F2A; SiA; 3pA; >F1P; >2P2P; BA; 1FA
<b>B</b>	2pBb; >F1P; L/Sif+P; SiF+Pb; SP+L; FA+PF; F2A; SiA; HP+L, FAb, 3pA; 1FA; HA; 3pS
<b>DB</b>	L/Sif+P; ShF+P; SiF+Pb; SP+L; FA+PF; 3pK; F2A; SiA; >F1P; ShiShi+; SF+TP; HP+L; 3pA, 1FA; 4p; DBB
<b>Chariot</b>	2pA/; 4p; 3pbA; 3pA; FAb; F2A; SiA; 1FA; BA
<b>2S</b>	2b/; 2pBb; FA+PF; 3pbA; HA; 3pA; F2A; SiA; 1FA; SP+K; 3pS; ShF+P; L/Sif+P; 2pA/; BA
<b>Flower</b>	2pA/; 3pbA; HA; 3pA; F2A; SiA, 1FA; BA
<b>Hand</b>	2pA/; 3pbA; HA; 1FA; 3pA; F2A; SiA; 3pbA; BA

#### d) コンポーネントP - ポジション

グループBのポジションチャートを使用すること。

#### e) コンポーネントT 回転の面と角度

グループPには該当しない

f) コンポーネント R - ベースのコンストラクションの回転

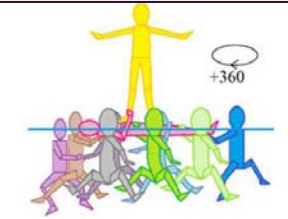
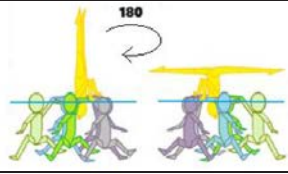
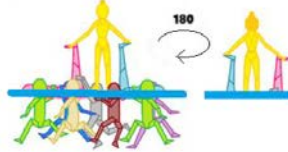
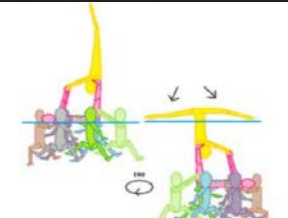
i.	コンストラクションの変更があった場合、コンストラクション回転の申告は、実際の回転が行われる際に必要なコンストラクションの基準と一致している必要がある。
ii.	申告されたコンストラクションの回転は、終始同じコンストラクションで実行する必要がある。

グループ P のアクロバティック動作中に、スイマーがコンストラクションの種類を変更できる場合がある。

例：「2S」から開始し、その後サポートスイマー 1 人がディスコネクトしてベーススイマーとなり、コンストラクションがバレレッグ「B」になる場合、チームは「2S」をコンストラクションとして申告する。

この例では、コンストラクションのローテーションも発生している場合、コーチは申告されたローテーションコードが、ローテーションの実行時に使用されるコンストラクションの基準と一致していることを確認する必要がある。申告されたローテーションは、最初から最後まで同じコンストラクションで実行されなければならない。

例：プラットフォームは「2S」コンストラクションから始まり、その後 B コンストラクションになる。「B」コンストラクションの時に 360° 回転が発生する。この場合、チームはコンストラクションの回転を「P2Sr1」ではなく「Pr1」と申告する。

Values for Rotation of the construction base in Group P							
Type	Degree of rotation	90°	180°	360°	540°	720° and more	To be used with these connections
		Value for platform where the entire construction rotates, including base swimmers  The platform is made with <b>one horizontal support swimmer</b>		Pr	Pr0.5	Pr1	
Value for construction <b>made from hands</b>		Ph	P0.5h	P1h	P1.5h	P2h	Hand
Value for platform made from legs with <b>2 or more support swimmers</b>		P2S	P2Sr0.5	P2Sr1	-	-	2S Flower
Value for platform construction <b>DB</b>		PDB	PDB0.5	PDB1	-	-	DB
		0.20	0.30	0.50	0.70	-	
		0.10	0.20	0.30	0.50	0.70	
		0.30	0.40	0.60	-	-	
		0.35	0.45	0.70	-	-	

g) Component B -Bonus

List of additions, bonuses, and risk elements in group P:			
Code	Description	Diagram	Value
<b>Dbl</b>	<p><b>Synchronized actions for double acrobatic movements</b></p> <p>Where swimmers are divided into two groups separate small constructions. (usually, 3 swimmers underwater + 1 featured swimmer) and who perform identical equal/same simultaneous acrobatic movements.</p> <p>Note 1: "Mirror action" is possible – ie constructions face each other or away from each-other</p> <p>Note 2: The two featured swimmers may be connected with each other</p>		<b>0.30</b>
<b>Pos3</b>	<p><b>Third position</b></p> <p>Example: at the end of acrobatic movement closing legs from split to vertical or tucking any additional position 3rd, 4th, 5<sup>th</sup> etc.</p> <p>This bonus can be declared only once no matter how many positions featured swimmer will perform after the first 2 declared ones.</p>		<b>0.05</b>
<b>UP</b>	<p>Platform (any construction) lifted <b>UP</b> out of the water off the surface.</p> <p><b>Must hold 3 seconds or more</b> with the featured swimmer completely dry and the support swimmer completely dry if support is horizontal OR with the featured swimmer completely dry and the holding arms of base swimmers completely dry from shoulders to fingers if construction is made from hands/arms</p> <p>Rotation of the construction may be declared simultaneously.</p>		<b>1.00</b>
<p>Can't be declared in the same acrobatic.</p> <p>In both bonuses legs must be <b>straight</b> throughout the movement.</p>	<p><b>Porpoise</b></p> <p>Transitional start-action for featured swimmer at the beginning of the acrobatic movement.</p> <p>Porpoise bonus must start in a pike position and while the platform is rising the legs are continuously lifted into a Bamboo position which must be declared as Position 1.</p>		<b>0.15</b>
	<p><b>Spichag</b></p> <p>Power press-up from Shrimp Position to Bamboo Position, then power-lowering from Bamboo Position to Shrimp Position. Or in the opposite way - starts in Bamboo, lower to Shrimp, press up to Bamboo.</p> <p>Featured swimmer must be unassisted by support/base swimmer(s).</p>	<p><b>How Spichag MUST be done (or opposite way)</b></p>	<b>0.50</b>

		<p>We do not declare a transitional position between Bamboo and Shrimp or Shrimp to Bamboo.</p> <p>The declaration of the positions varies for the acro depending on when the Spichag is happening.</p> <p>For this bonus, the legs in the Shrimp position must be parallel to the surface (with a 45-degree allowance)</p> <p>Can happen in any phase of acrobatic movement</p>		
<b>Trav</b>		<p><b>Travelling construction</b></p> <p>It must be an <u>obvious</u> movement from one spot to another. May start moving from underwater while ascending</p> <p>Can occur simultaneously with rotation of the construction, but travelling must be obvious.</p>		<b>0.20</b>
Can't be declared in the same acrobatic	<b>Stand</b>	<p><b>After handstand/head-down</b> position/s featured swimmer lowers legs on a platform and <b>stands-up</b>.</p> <p>For example: from Willow to Stand position</p>		<b>0.10</b>
	<b>Diva</b>	<p>For <b>25</b> construction: featured swimmer starts in 3p5 connection, then stands on two feet foot to foot on two different support swimmers, and stands up, remaining standing connected feet to feet until submergence of both support swimmers.</p>		<b>0.30</b>
<b>PRoll</b>		<p><b>Roll on the Construction</b></p> <p>From Back Layout Position on the surface featured swimmer holds ankles of the support swimmer, and lift legs upwards over the head. Support swimmer catches ankles and pulls featured swimmer up. Featured swimmer rolls while extending the arms into a horizontal position (parallel with the support swimmer). Support and featured swimmer hold each other's ankles using both arms at the end of this bonus. In the case of using this bonus, position 1 will be considered the one that is happening after the roll.</p>		<b>0.125</b>
<b>Box</b>		<p><b>Lifting in a "Box" and/or lowering back</b></p>		<b>0.175</b>

		<p>Featured swimmer starts from a horizontal body position. Construction is pushed by base swimmer/s and support swimmer rises and pikes simultaneously. Featured swimmer also simultaneously rises and pikes to form a Box position.</p> <p>The box can lower back down. The featured swimmer may remain on until submergence of the support swimmer or continue with other movements after the Box bonus is completed.</p>		
Can't be in the same acrobatic	Spider	<p><b>"Spider" action</b></p> <p>Featured swimmer twists the shoulder and thigh joints and appears inside a construction from underwater and climbs on top of the construction into a Bridge position. This action has flexibility risk factor.</p> <p>Can only be used for constructions <b>25, Flower and Hand</b></p>		0.225
	Climb	<p>Featured swimmer <b>climbs</b> onto the platform from under the water inside the construction to perform Position 1.</p> <p>Can only be used for constructions <b>25, Flower and Hand</b></p>		0.10
Arch		<p>While platform is rising a non-stop transition to a Position 1 Queen or Drop that starts head-up. The featured swimmer can start arching back into position 1 only once knees are above surface of the water.</p> <p>Exception - the featured swimmer may have help from support/base swimmers to achieve position 1.</p>		0.40
Kozak		<p><b>"Kozak" power press sequence</b></p> <p>Featured swimmer presses up on 2 Ballet Legs, slowly balancing and pulling legs close to chest and then straightening them into a Shrimp Position with the legs at 45 degrees or less from the vertical line.</p> <p>Next, featured swimmer lowers legs straight to a Monkey position and executes a Static Power Hold for <b>3 sec or more.</b></p> <p>Tempo of bonus must be slow-medium, not fast.</p>		0.60

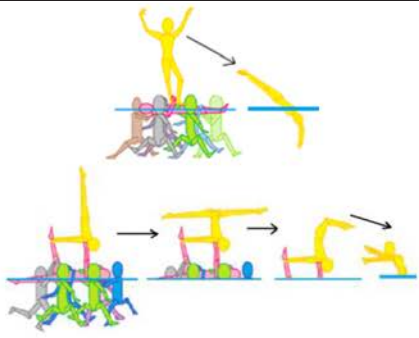
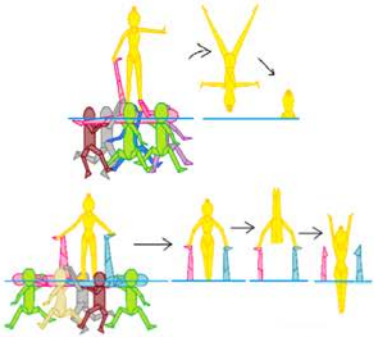
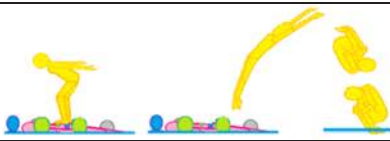


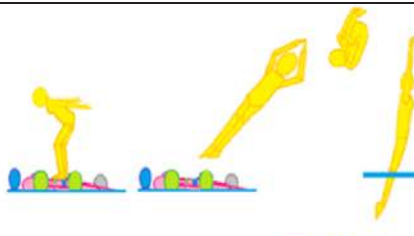

エンディングアクションボーナス -

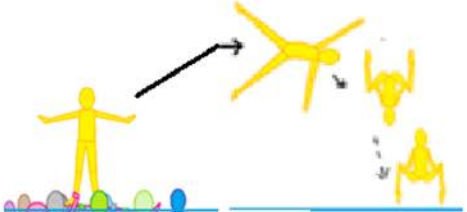
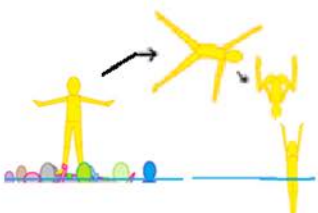
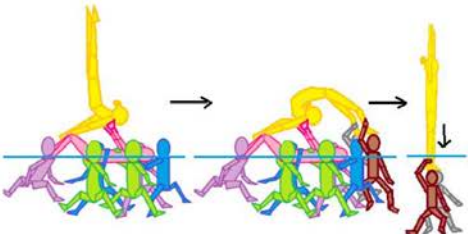
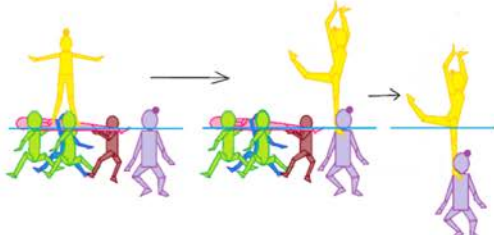
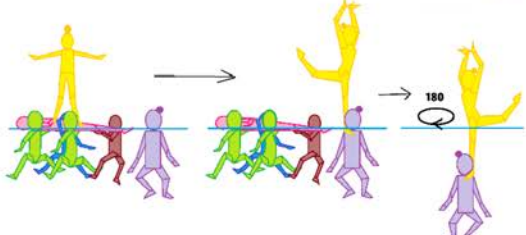
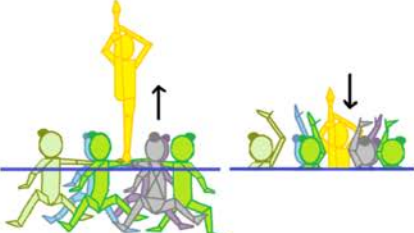
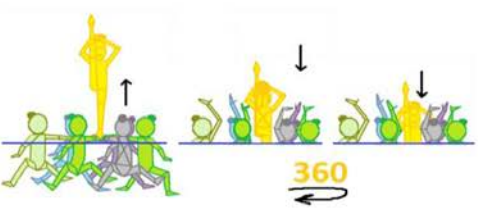
以下のコードのうち、ボーナスとして使用できるのは1つだけである。

同じアクロバティックで2つを同時に申告することはできない。

これらのボーナスでは、グループ Aと同様に、サマソールとツイストの許容ルールが適用される。

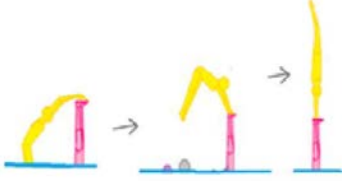

ダイブボーナスを除き、立った状態 (片脚または両脚) から開始する必要がある。

<p><b>Dive</b></p>	<p><b>Dive or Half Somersault</b> at the end of the platform performed headfirst or foot-first.</p> <p>Featured swimmer performs a dive/ half somersault to enter the water (may have twist around self while diving).</p> <p>Featured swimmer <b>can't</b> remain in connection with the support swimmer.</p> <p>TCs must see a disconnection.</p>		<p><b>0.05</b></p>
<p><b>CH</b></p>	<p><b>Cartwheel or Handspring</b> 360° ending action off a platform. Can be performed as Handspring with connection.</p>		<p><b>0.10</b></p>
<p><b>Ps1</b></p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° somersault</b> to enter the water</p>		<p><b>0.10</b></p>
<p><b>Ps1t0.5</b></p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° somersault + half twist</b> to enter the water</p>		<p><b>0.15</b></p>
<p><b>Ps1o</b></p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° somersault and open to a straight body position</b> to enter the water.</p>		<p><b>0.30</b></p>
<p><b>Ps1t0.5o</b></p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° somersault + half twist and open to a straight body position</b> to enter the water</p>		<p><b>0.40</b></p>
<p><b>Ps1t1</b></p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° somersault + 1 twist</b> to enter the water</p>		<p><b>0.35</b></p>

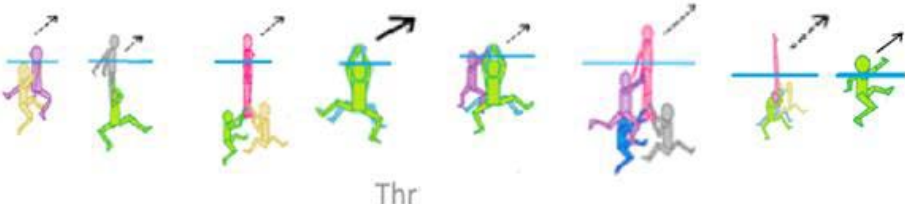
<p>Pf1</p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs <b>360° Side Somersault</b> to enter the water</p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on a platform. An arrow points to the figure in mid-air, performing a 360-degree side somersault. A second arrow points to the figure in a straight body position just above the water surface.</p>	<p>0.15</p>
<p>Pf1o</p>	<p>At the end of the platform, the featured swimmer performs a <b>360° Side Somersault and open to a straight body position</b> to enter the water.</p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on a platform. An arrow points to the figure in mid-air, performing a 360-degree side somersault. A second arrow points to the figure in a straight body position just above the water surface.</p>	<p>0.325</p>
<p>Mov</p>	<p>The featured swimmer <b>Moves from platform onto 1 or 2 spotter's heads</b> for finishing acrobatic movement as a <b>Lift</b>.</p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure being lifted by two other figures (spotters) on a platform. The yellow figure is in a vertical position, supported by the heads of the spotters. Arrows indicate the movement from the platform to the lift and then back to the platform.</p>	<p>0.25</p>
<p>Mov1</p>	<p>The featured swimmer <b>Moves from platform to standing with one leg on the shoulder of 1 spotter/base swimmer and submerge</b>. The standing on one leg position must be shown by the allowance of the knee.</p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on the shoulder of a spotter on a platform. The yellow figure is in a vertical position, supported by the shoulder of the spotter. Arrows indicate the movement from the platform to the standing position and then to a submerged position.</p>	<p>0.15</p>
<p>Mov1+t</p>	<p>The featured swimmer <b>Moves from platform to standing with one leg on the shoulder of 1 spotter/base swimmer with a turn 180 degrees by the waist</b>. The standing on one leg position must be shown by allowance of the knee.</p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on the shoulder of a spotter on a platform. The yellow figure is in a vertical position, supported by the shoulder of the spotter. An arrow indicates a 180-degree turn by the waist. A second arrow points to the figure in a submerged position.</p>	<p>0.275</p>
<p>Fall</p>	<p><b>Fast fall down inside construction</b> by the featured swimmer. Can only be used for constructions <b>25, Flower and Hand</b></p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on a platform. An arrow points to the figure in mid-air, falling down. A second arrow points to the figure in a submerged position. The construction is labeled '25, Flower and Hand'.</p>	<p>0.05</p>
<p>FTurn</p>	<p><b>Fast fall down inside construction with 360o or more twist(s)</b> by the featured swimmer, which must be completed by the waist. Can only be used for constructions <b>25, Flower and Hand</b></p>	 <p>The diagram shows a yellow stick figure standing on a platform. An arrow points to the figure in mid-air, falling down with a 360-degree twist. A second arrow points to the figure in a submerged position. The construction is labeled '25, Flower and Hand' and '360'.</p>	<p>0.15</p>

29.7.1.6 Group C

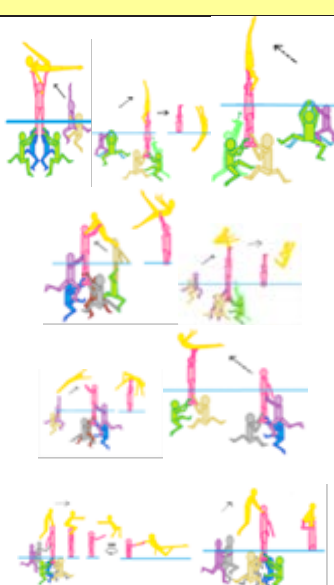

a) コンポーネントC - コンストラクション

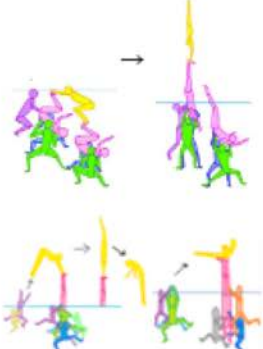
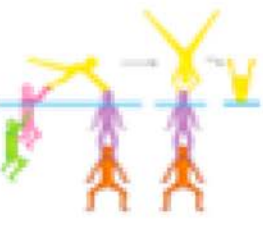
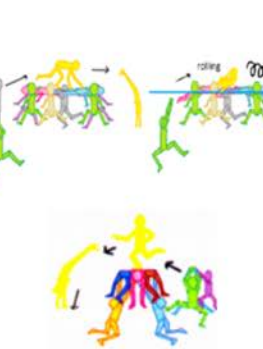
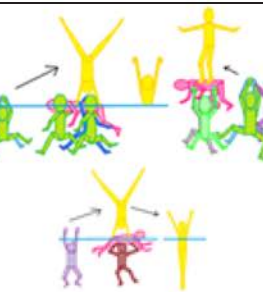

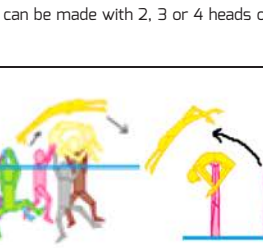
i.	<p>トランジット - フィーチャードスイマーが最初から2つ目 (メイン) のフォーメーションのサポートスイマーに保持 / 支えられている状態を指す。サポートスイマーはフィーチャードスイマーを自分自身のフォーメーションに「引き寄せる / 補助する」。フィーチャードスイマーはその後も動作を続けて入水してもよいし、サポート上にとどまることもできる。</p> <p>トランジットの例</p> 
ii.	<p>ジャンプ (グループC) - フィーチャードスイマーが2つ目 (メイン) のフォーメーションと最初にコネクティブされていない場合に使われる言葉である。1つ目のフォーメーションから2つ目 (メイン) のフォーメーションへ移る際、フィーチャードスイマーが頭 (または指先) からつま先まで完全に空中に浮いていることが明確にわかるジャンプがなければならない。そして、その空中動作 (飛んでいるフェーズ) を終えた後に、2つ目 (メイン) のフォーメーションとのコネクションがあることが求められる。フィーチャードスイマーは、サポートスイマーの上に留まることも、入水するまで移動を続けることもできる。</p> <p>ジャンプの望ましい例</p> 
iii.	<p>オン ツー サポート - フィーチャードスイマーが、最初の (押し上げる) フォーメーションからジャンプまたは移行して、2つ目の (メイン) フォーメーションの上に乗る、そのサポートスイマーが水中に沈むまでその上に留まる場合</p>
iv.	<p>スルー サポート - フィーチャードスイマーがジャンプまたは移行して、2つ目の (メイン) フォーメーションを通過する (触れながら通り抜けて移動を続ける) 場合</p>
v.	<p>フライ アバブ フォーメーション - フィーチャードスイマーがジャンプして、2つ目の (メイン) フォーメーションの上を (触れずに) 飛び越える場合</p>

a) コンポーネントC - コンストラクション

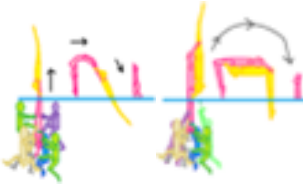

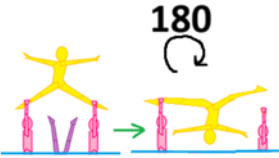


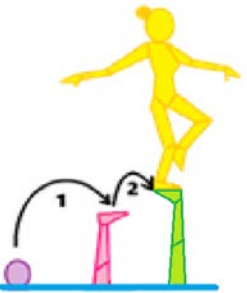
i.	<p>「Thr」と表記されている場合、それは「プッシャー」フォーメーションを意味する。押ししたり、ジャンプしたりする動作はすべて「Throw」(例: Thr) として表される。グループCでの Thr の例を示す。</p> 
ii.	<p>コンストラクションのコード内に&gt;がある場合、トランジット、あるいは、はじめの (押し出す) フォーメーションから2つ目 (メイン) のフォーメーションにジャンプする。</p>
iii.	<p>コンストラクションコード内の Piked arrow ^ がある場合、はじめの (押し出す) フォーメーションから2つ目 (メイン) のフォーメーションの上を飛び越え、2つ目には触れずに水中に入ることを意味する。</p>

iv.	コンストラクションコードの最後に > がない場合、それは2つ目 (メイン) のフォーメーションにとどまるか、入水する前に2つ目 (メイン) のフォーメーションを通過することができることを意味する。
v.	コンストラクションコードの最後に > がある場合、2つ目 (メイン) のフォーメーションを通過し、入水することを必ず確認しなければならない。
vi.	スタックまたはスタック・ヘッドダウンのコンストラクションが申告された場合は、少なくとも含まなければならない：1人のベーススイマー、1人のサポートスイマー、1人のフィーチャードスイマー (着地後)
vii.	リフトが申告された場合は、少なくとも含まなければならない：2人のベーススイマー、1人のフィーチャードスイマー (そのフォーメーション/コンストラクションの一部として)
viii.	プラットフォームまたはフロートのコンストラクションが申告された場合：少なくとも1人のベーススイマーが、サポートスイマーの下にいる必要がある。
ix.	フライング・オーバーコンストラクションの場合： 飛行フェーズは、2つ目 (メイン) のフォーメーションのフィーチャードスイマーが、「ポジション許容セーフゾーン」またはそれ以上の高さ (ウエスト・膝、あるいは全身が水面上に出ている状態) にいるときに必ず実施しなければならない。もしフィーチャードスイマーが飛行中に意図せず2つ目 (メイン) のフォーメーションに触れた場合は、エクスキューションエラーとなる。また、飛行中にそのまま2つ目 (メイン) のフォーメーション上に落下した場合は、ベースマークである。
x.	コネクションは、フィーチャードスイマーまたはサポートスイマーが水中に沈むまでコネクトを保つと明確に定められていない場合には、コネクションは沈む前に解除することができる。

Group C Construction : Please note in table below Featured Swimmer = (F), Support Swimmer = (S)									
#	Picture	Name and number of levels	Difficulty of coordinating actions and number formations	Support: Body position and level of sustainability	Air-borne weight	Tempo of acceleration and push lift/throw	Area of support	Bonus	Total
1		Transit or Jump on Stack head-up from any kind of throw. (F) may continue to move and enter the water or may remain on the 2nd (main) formation until submergence of (S).	Med	High level of sustainability+ low vestibular load	1+0.5	Fast/med 0.3/0.2)	Small-med	+0.27 5 increa -ser	1.125
		Thr>St	0.2	0	0.15	0.25	0.25	+0.27 5 increa -ser	
Please note in the acro below the coach declares Thr>St (Transit or Jump on Stack from any kind of throw). The additional formation between the two formations (pushing and main one) that does not take part in acro and does not influence the DD is considered in Artistic Impression and can't be declared as bonus.									
									


2		<p>Transit or jump onto Stack head-down from any kind of throw. (F) may continue to move and enter the water or may remain on the 2nd (main) formation until submergence of (S).</p> <p><b>Thr&gt;StH</b></p>	Med	Low level of sustainability+ high vestibular load and 1 support is head-down	1+0.5	Slo/med 0.2/0.1)	Small-med	+0.27 5 increa -ser	1.20
			0.2	0.2	0.15	0.15	0.225		
3		<p>Through: 2 pair One of them can be head-down) + (F) must continue (pass through the pair) and enter the water</p> <p><b>Thr&gt;Pair&gt;</b></p>	Basic	-	1	Big	Med	+0.27 5 increa -ser	0.675
			0	0	0.1	0.1	0.2		
4		<p>Transit or Jump from any kind of throw to 2 or more floats (swimmers floating at the surface and connected to each other).</p> <p>May remain on platforms until submergence of the (S)s or may continue to move and enter the water</p> <p><b>Thr&gt;FF</b></p>	Med*	High level of sustainability+ low vestibular load laying) at least <b>two</b> floats in connect	1+1+1	Optional	Big	+0.27 5 increa -ser	1.0
			0.225	0.1	0.3	0	0.1		
5		<p>Transit or Jump on a float (One (S) is floating at the surface)</p> <p>(F) may continue to move and enter the water or may remain on support until submergence of (S).</p> <p><b>Thr&gt;F</b></p>	Easy	High level of sustainability+ low vestibular load laying)	1+1	Fast/no	Med-big	+0.27 5 increa -ser	0.875
			0.1	0	0.2	0.15	0.15		
6	 <p>Lift can be made with 2, 3 or 4 heads only.</p>	<p>Fly above Lift on heads from any kind of throw. (F) must be in Cat or Bridge position. Lift can be made with 2, 3 or 4 heads only.</p> <p><b>Thr&gt;Lh</b></p>	Hard	-	1+1	Fast/ slow-med 0.3/0.1)	Big	+0.3 fly above formation on heads +0.2 lift on head	1.575
			0.3	0	0.2	0.2	0.1		
7		<p>Fly above Second (main) formation (lift, pair acro, stack-head-down, stack) from any kind of throw</p> <p><b>Thr&gt;2F</b></p>	Med-Hard	May be	1+1	Fast/ slow-med 0.3/0.1)	Big	+0.2 fly above formation	1.225
			0.25	0	0.2	0.2	0.1		

8		<p>Simple lift + spotter/s 2 formations of base swimmers under one (F) and</p> <p><u>Option 1:</u> (F) is laying at the surface. One of the base swimmer's formation pushes part of the (F)'s body and they stand-up on a 2<sup>nd</sup> (main) formation. May remain on this 2<sup>nd</sup> (main) formation until submergence of the base swimmers or continue moving/disconnect and enter the water</p> <p><u>Option 2:</u> (F) stands-up as regular lift on the 1st formation with 2nd (main) formation waiting. (F) falls on the 2nd (main) formations' base swimmer who catches them before submergence of the base swimmers. (F) may continue moving/disconnect and enter the water.</p> <p><b>L+spot</b></p>	Low	-	1	Med/no 0.2/0)	Medium	+0.27 5 increa -ser	<b>0.775</b>
		0.1	0	0.1	0.1	0.2			
9		<p>Transit or Jump on formation made from arms/hands.</p> <p>Arms may be on the surface. (F) may continue to move and enter the water or may remain on the 2<sup>nd</sup> (main) formation until submergence of the base swimmers.</p> <p><b>Thr&gt;hand</b></p>	Low	no	1	Fast/no	Easy-Medium	+0.27 5 increa -ser	<b>0.80</b>
		0.1	0	0.1	0.15	0.175			
10		<p>2 Jumps from throws (2 (F)s in connection with each-other) : 1<sup>st</sup> (F) jumping and passing above the 2<sup>nd</sup> (F) while flying. 2<sup>nd</sup> (F) follows the 1<sup>st</sup> (F) to enter the water after showing an arc in the air.</p> <p><b>Thr+Thr</b></p>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load	1+1	fast	Big	+0.1 for connect between 2 featured swimmers	<b>1.25</b>
		0.3	0	0.2	0.3	0.175	+0.27 5 increa -ser		

11		<p><b>Snake-type</b></p> <p>One (F) after showing balance stack becomes airborne in connection/ together with (S). After showing arc-dive both of them enter water one-by-one while still keeping the connection.</p> <p><b>Sn</b></p>	Med	Optional	1+1	Med	Med	+0.27 5 increa -ser	1.175
			0.2	0.1	0.2	0.2	0.2		
12	 ONLY ON HEADS.	<p>Transit through 1, 2 or 3 <b>heads</b> from any kind of throw. <b>Can't be used with Jump bonus.</b></p> <p>(F) <b>must</b> continue (pass through the heads formation) and enter the water.</p> <p><b>Thr&gt;head&gt;</b></p>	Med	no	1	0.3/0) Med/no	Medium	+0.2 bonus for head- connect- ion)	1.075
			0.2	0	0.1	0.1	0.2		
13		<p>2 mini-stacks (head-up) + spotter (head-up or head-down).</p> <p>Starts as 2 support Stack. After reaching max height (F) is pushed by one of the supports and disconnects to perform actions in the air while keeping connection with 2nd (S).</p> <p><b>2Sup+</b></p>	*Med	no	1+0.5 +0.5	Medium-up	Med	+0.27 5 increa -ser	1.05
			0.25	0	0.2	0.125	0.2		
14		<p>Transit or Jump on Small-Square formation. (F) may continue to move and enter the water or remain on the square formation until submergence of the second (main) formation.</p> <p><b>Thr&gt;Sq</b></p>	Hard	NO	1	Fast/slow- med 0.3/0.1)	Extra-hard Small	+0.27 5 increa -ser	1.15
			0.3	0	0.1	0.2	0.275		
15		<p>Transit or jump on 2-Stacks (head up or head down) from any kind of throw. (F) may continue to move and enter the water or may remain on the 2 stack formation until submergence of both (S).</p> <p><b>Thr&gt;St2</b></p>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load	1+1+1	Fast/med 2	Big	+0.27 5 increa -ser	1.20
			0.3	0	0.3	0.225	0.1		
16		<p>From any kind of throw (1<sup>st</sup> formation), jump/ step (1 foot to 1 foot) onto a Stack head-down (2<sup>nd</sup> formation). Followed by a step 1 (foot to 1 foot) onto a Stack Head-down (3<sup>rd</sup> formation). (F) may continue to move and enter the water or may remain on the 3rd formation until submergence of (S).</p> <p><b>Thr&gt;StH&gt;1F</b></p>	Med - Hard	Low level of sustainability+ high vestibular load and 1 support is head- up	1+0.5+0.5	Slo/med 0.2/0.1)	Small-med	+0.27 5 increa -ser	1.30
			0.25	0.2	0.2	0.15	0.225		

b) コンポーネントD - 方向

グループAと同様+グループCに特化した方向

方向	コード	図	値
<p><b>ブラインドバックジャンプ</b>                      ブラインドとは：フィーチャードスイマーがテイクオフおよびテイクオフ中に、2つ目（メイン）のフォーメーションを見ることができず、さらにそのフォーメーションとコネクしていない状態を意味する。</p> <p>この定義は、Thr+Thr コンストラクションにも適用される。この場合、メインフォーメーションが存在しないため。</p> <p>注:「バック」が「Bln」の代わりに申告されていた場合、それはベースマークにはならない。</p>	Bln		0.20

c) コンポーネントP - ポジション

グループAまたはBのポジションチャートを使用する

i.	<p>アクロバティック動作でフィーチャードスイマーが2つ目（メイン）フォーメーションに移ってからそのフォーメーションに留まる時 - <u>グループBの表を使用する</u>。ポジション1としてテイクオフしてからフィーチャードスイマーがサポートスイマーに乗った時を最初のポジションとする。</p>
ii.	<p>アクロバティック動作でフィーチャードスイマーが「メイン」フォーメーションに移ってからエアポーンフェーズとして動作を続け、その後入水した時 - グループAの表を使用する。ポジション1として、2つ目（メイン）フォーメーションから離れて空中にいる1つ目のポジションを指す。（例えば：ハンドスプリングやサマソールだった場合はグループAのポジションを使用する）</p>
iii.	<p><b>Thr&gt;FF</b> および <b>Thr&gt;F</b> の構成においては：                      「ポジション1」として、フロート（float）上でのグループBのポジションを申告しなければならない。                      「ポジション2」または「ポジション3・ボーナス（Pos3）」も、フィーチャードスイマーがサポートスイマーの水没まで留まる場合、あるいはその後動きを続けて入水する場合には、グループBでなければならない。グループAのポジションは使用できない。</p>
iv.	<p>グループBのポジションが必要な場合にグループAを申告した場合 → ベースマーク                      グループAのポジションが必要な場合にグループBを申告した場合 → ベースマーク</p>
v.	<p>フライ・アボープ・フォーメーションのコンストラクション（<b>Thr^2F</b> または <b>Thr^Lh</b>）における<b>グループCのポジション</b>は次のように定義される：                      ・2人のフィーチャードスイマーがいる場合：                      ポジション1：最初のフィーチャードスイマー（通常リフトされる側）→ グループBを使用                      ポジション2：2人目のフィーチャードスイマー（通常空中を飛ぶ側）→ グループAを使用                      ・それ以降の両者のポジションは、「ポジション3・ボーナス（Pos3）」として申告することができる。</p>
vi.	<p>グループCの構成 <b>Thr+Thr</b> または <b>Sn</b> において：                      ・ポジション1：最初のフィーチャードスイマー（リーディング／先行者）のポジション                      ・ポジション2：2人目のフィーチャードスイマー（フォロワー／後続者）のポジション                      ・それ以降の任意のポジションは、「3つ目のポジション・ボーナス（Pos3）」として申告可能である。</p>

d) コンポーネントS - サポートエリア

グループCに該当しない（値はすでにコンストラクションに含む）

e) コンポーネント R – ベースコンストラクションの回転

i.	サポートスイマーとフィーチャードスイマーが同時に行わなければならない。 例：特別な指定がない限り、フィーチャードスイマーが2つ目（メイン）フォーメーションに着地した後、など。
----	--

Values for the rotation of the construction base in Group C					
Type	Degree of rotation				Use with these constructions
	90°	180°	360°	540°	
Value* for <b>Stack</b> <b>If the featured swimmer AND the support swimmer are NOT in head-down position</b>	-	<b>Cr0.5</b>	<b>Cr1</b>	<b>Cr1.5</b>	Thr>St (possible if (F) and (S) are not head-down)
<i>*Support swimmer with featured swimmer on top rotates around self after landing or reaching max height stop-point</i>	-	0.20	0.30	0.40	Thr>St2 (possible if (F) and (S) are not head-down)
Value* for <b>Stack</b> <b>If the featured swimmer AND/OR the support swimmer is in head-down position</b>	-	<b>Cr0.5!</b>	<b>Cr1!</b>	<b>Cr1.5!</b>	Th>StH Thr>StH>1F Thr>St (possible if (F) and/or (S) is head-down)
<i>*Support swimmer with featured swimmer on top rotates around self after landing or reaching max height stop-point</i>	-	0.30	0.40	0.50	Thr>St2 (possible if (F) and/or (S) is head-down)
Value for <b>LIFT ON HEADS</b> while <b>featured swimmer flies above it</b>	-	<b>Cr0.5L</b>	-	-	Thr*Lh ONLY
Big water resistance for base swimmers while the entire construction rotates including the base swimmers. Rotation starts from the surface, not from underwater.	-	0.40	-	-	
Value for the <b>platform/float made of hands (formation) after featured swimmer lands on it</b>	-	<b>CP0.5</b>	-	-	Thr>F Thr>FF Thr>hand
<i>Special rotation for the formation being flown over in <b>Thr*2F construction</b></i> The rotation must happen during the flying phase of the featured swimmer (not before they jump or after they enter the water)	-	<b>2F0.5</b>	<b>2F1</b>	-	Thr*2F ONLY
	-	0.25	0.35	-	
<b>Note:</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>For constructions <b>Thr&gt;Pair&gt;</b>; <b>Thr+Thr</b>; <b>Sn</b>; <b>2Sup+</b>; <b>Thr&gt;head&gt;</b>, there is no rotation of the base possible.</li> <li>For construction <b>L+spot</b> and <b>Thr&gt;Sq</b>, the only option is to use the <b>twirl</b> bonus (no rotation of the base option available for this construction)</li> </ul>					

f) コンポーネント R – 回転の平面と回転の方向

i.	Thr+Thr コンストラクションの場合コーチは、空中での回転（ローテーション）について、“2人目”のフィーチャードスイマー（＝最初に水中から現れてジャンプをリードするスイマーではなく、後から飛ぶ方）の1種類のみを申告する。テクニカルコントローラー（TC）は、「ジャンプを終える方」のフィーチャードスイマーの動作を確認する。 例：1人目のフィーチャードスイマーがダイブ（潜水／飛び込み）を行い、2人目のフィーチャードスイマーがそれに続いて1回宙返り（サマーソール）をして水に入る場合、コーチは「1サマーソール（Cs1）」のみを申告する。
ii.	グループCの Thr>St または Thr>StH コンストラクションの場合フィーチャードスイマーがヘッドアップにしてジャンプし、2つ目（メイン）のフォーメーションに着地して倒立姿勢（例：バンブーなど）をとる場合、それはダイブ（Dive）とはみなされない。


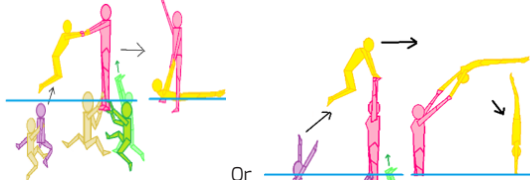
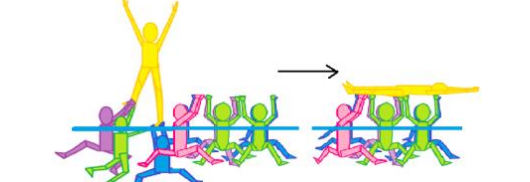
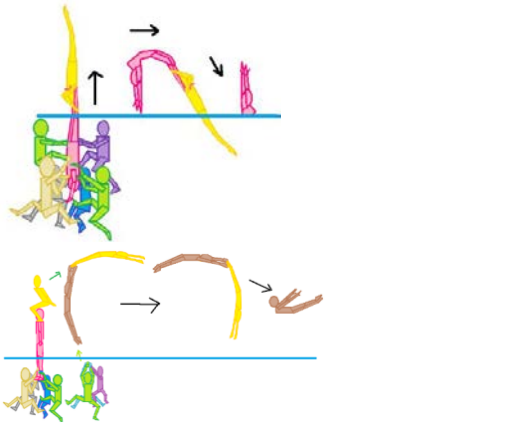

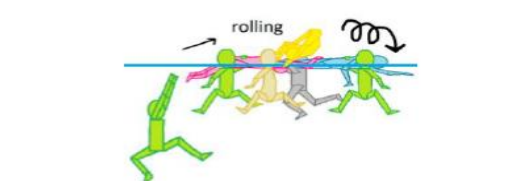
Values for featured swimmer's rotations in the air		
Degree of rotation	Code	value
1/2 twist group (C)	<b>Ct0.5</b>	0.05
1 twist group (C)	<b>Ct1</b>	0.10
1.5 twist group (C)	<b>Ct1.5</b>	0.20
2 twists group (C)	<b>Ct2</b>	0.30
2.5 twist group (C)	<b>Ct2.5</b>	0.40

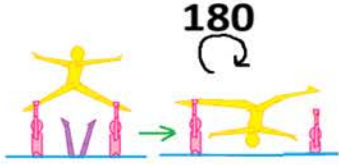




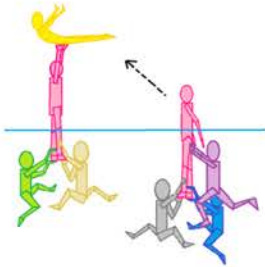
3 twists group (C)	<b>Ct3</b>	0.50
Dive/180 somersault group (C)	<b>Cd</b>	0.10
1/2 twist + dive group (C)	<b>Cdt0.5</b>	0.15
1 twist + dive group (C)	<b>Cdt1</b>	0.20
1.5 twist + dive group (C)	<b>Cdt1.5</b>	0.30
1 somersault group (C)	<b>Cs1</b>	0.25
1 straight somersault group (C)	<b>Css1</b>	0.35
1.5 somersault group (C)	<b>Cs1.5</b>	0.45
1.5 somersault + open group (C)	<b>Cs1.5o</b>	0.55
1 frontal somersault group (C)	<b>Cf1</b>	0.35
1.5 frontal somersault group (C)	<b>Cf1.5</b>	0.55
Cartwheel group (C)	<b>Cc</b>	0.10
Cartwheel + 1/2 twist group (C)	<b>Cct0.5</b>	0.15
Cartwheel + 1 twist group (C)	<b>Cct1</b>	0.20
Handspring group (C)	<b>Ch</b>	0.10
Handspring + 1/2 twist group (C)	<b>Ch0.5</b>	0.15
Handspring + 1 twist group (C)	<b>Ch1</b>	0.20
1 somersault + 1/2 twist group (C)	<b>Cs1t0.5</b>	0.30
1 somersault + 1 twist group (C)	<b>Cs1t1</b>	0.40
1 somersault + 1.5 twist group (C)	<b>Cs1t1.5</b>	0.50
1 somersault + 2 twists group (C)	<b>Cs1t2</b>	0.60
1 straight somersault + 1/2 twist group (C)	<b>Css1t0.5</b>	0.40
1 straight somersault + 1 twist group (C)	<b>Css1t1</b>	0.50
1 straight somersault + 1.5 twist group (C)	<b>Css1t1.5</b>	0.60
1 straight somersault + 2 twists group (C)	<b>Css1t2</b>	0.70
1 somersault + 1 twist + open group (C)	<b>Cs1t1o</b>	0.75
1 somersault + 1.5 twist + open group (C)	<b>Cs1t1.5o</b>	0.90
1 somersault + 2 twists + open group (C)	<b>Cs1t2o</b>	1.05
Handspring + 1/2 somersault group (C)	<b>Chs0.5</b>	0.20

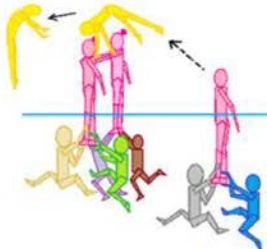
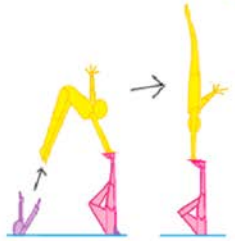
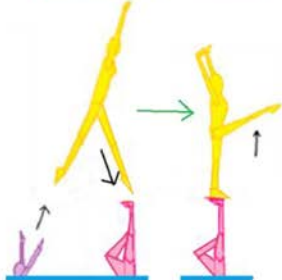

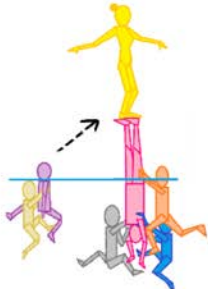
g) コンポーネント B - ボーナス

i.	<p><b>Jump</b> および <b>H&gt;1P</b> の場合：  サポートスイマーの片腕／両腕は、垂直線から最大45°以内の「垂直コーン」の範囲に動作開始からサポートスイマーが沈むまで留まっていなければならない。  (※グループBの規定 29.7.1.4 v に準拠)</p>
ii.	<p><b>Ju, 1P&gt;H, H&gt;1P, Jump, On1Foot, 1F&gt;1F, 1F&gt;1F+, 2F&gt;2F</b> の場合：フィーチャードスイマーは、サポートスイマーと同じ垂直軸上に位置していなければならない、サポートスイマーが沈むまでその位置関係を維持する必要がある。ただし、垂直軸から最大45°の許容範囲が認められる。  (※グループBの規定 29.7.1.4 vi に準拠)</p>

List of additions, bonuses, and risk-elements in group C:			
Code	Description	Diagram	Value
<b>Pos3</b>	<p><b>Third position</b>  This bonus should be declared only once no matter how many positions featured swimmer will perform after the first 2 declared positions.</p>		<b>0.05</b>

<p><b>Dbl</b></p>	<p><b>Synchronized actions for double acrobatic movements</b>  Where swimmers are divided into two groups separate small constructions. Usually 3 swimmers underwater + 1 featured swimmer who perform identical (equal/same) simultaneous acrobatic movements.  Note 1: "Mirror action" is possible – ie constructions face each other and featured swimmers both are lifted (back-to-back or face-to-face)  Note 2: The two featured swimmers may be connected with each other</p>		<p><b>0.30</b></p>
<p><b>Slip</b></p>	<p>Featured swimmer transits from first (pushing) formation to the 2<sup>nd</sup> (main) support (usually connected by hands). They then slip through (after take-off) between the support's legs (support is head-up) or between the arms, disconnects, and then continues movement until entering the water.</p>		<p><b>0.175</b></p>
<p><b>Star</b></p>	<p>"Superstar" from a lift formation - blind fall backwards onto a 2<sup>nd</sup> formation made from hands. Featured swimmer may remain on it until submergence of base swimmers, or continue the acrobatic movement in some way.</p>		<p><b>0.10</b></p>
<p><b>Cx</b></p>	<p><b>Connection between 2 featured swimmers</b> (may be broken at the end of acrobatic movement before entering water).  Featured swimmers can be connected in any way.</p>		<p><b>0.125</b></p>
<p><b>Twirl</b></p>	<p>"Twirl" of featured swimmer in Group C 180° or more (head-up or head-down). Support swimmer does not rotate. Only the featured swimmer rotates (180-360). Support/base swimmers stay static.  For this bonus only: the featured swimmer may remain on the construction for the twirl OR the support/base swimmers can let go and the featured swimmer twirls while submerging. At least 180 MUST be achieved by the featured swimmer's waist (no allowance).</p>		<p><b>0.075</b></p>
<p><b>C-Roll</b></p>	<p><b>"Rolling" on top of the construction</b>  *Can be declared twice during one acro*  (Action is like doing a somersault on the land)  The featured swimmer climbs on the support swimmer, crouches down, places their hands shoulder width apart and facing forward. They tuck their chin to their chest and place the back of their head onto the support swimmer. They then push off the spotter with their legs and rotate over their head onto their back.</p>		<p><b>0.15</b></p>

<p><b>Turn</b></p>	<p>Push up from split (head-up) + featured swimmer disconnects with one of the supports, performs a 180° rotation in sagittal plane (still in connection with second support).</p>	 <p>180</p> <p>Note: The proper declaration for this exceptional acro should be: C-2Sup+-Up-sp-Turn in this acro use positions from group A only)</p>	<p>0.25</p>
<p><b>Run</b></p>	<p><b>Running on the back(s)</b> Torso of featured swimmer is vertical. Featured swimmer transits/jumps from first (pushing) formation and lands on 2<sup>nd</sup> (Main) formation.</p> <p>Only for construction or Thr&gt;FF or Thr&gt;F</p>		<p>0.20</p>
<p><b>The following bonus codes CAN'T be declared in the same acrobatic declaration. One may only be chosen.</b> Each of the following bonuses are a "JUMP" and therefore must follow the rule 29.7.1.6 a) ii. It is forbidden to do a somersault and land on another formation</p>			
<p><b>Ju</b></p>	<p><b>JUMP</b> onto a <u>non-Stack</u> formation Only for: Thr&gt;FF; Thr&gt;F; Thr&gt;hand; Thr&gt;Sq and remain on it until submergence of the support swimmer(s), base swimmers or formation.</p>		<p>0.15</p>
<p><b>1P&gt;H</b></p>	<p><b>JUMP</b> with 1 hand onto head Jump of featured swimmer landing with one hand onto one head of the support swimmer and balancing on the head while performing actions until submergence of the support swimmer.</p> <p>Safety: Not permitted for 12 and under and Youth categories (otherwise BM). Only for experienced and prepared athletes.</p>		<p>1.10</p>
<p><b>H&gt;1P</b></p>	<p><b>JUMP</b> onto a Stack landing with the head onto 1 palm of the support swimmer.</p> <p>Featured swimmer jumps and lands with only their head (no help with hands) on one palm of the support swimmer and stays connected until submergence of the support swimmer.</p> <p>Arm of the support swimmer must be straight *with the allowance of the face as per 29.7.1.4 c) iii</p> <p>Safety: Not permitted for 12 and under and Youth categories (otherwise BM). Only for experienced and prepared athletes.</p>		<p>0.90</p>
<p><b>Jump</b></p>	<p><b>JUMP</b> onto Stack and remain on it until submergence of the support swimmer</p> <p>For constructions: Thr&gt;St, Thr&gt;StH, Thr&gt;St2</p>		<p>0.275</p>

<p><b>Jump&gt;</b></p>	<p><b>JUMP</b> and <u>pass through</u> a second formation with an intentional connection occurring after JUMP/flying phase.</p> <p>Only for constructions: Thr&gt;St, Thr&gt;StH, Thr&gt;FF, Thr&gt;F, Thr&gt;hand, Thr&gt;Sq, Thr&gt;St2</p>		<p><b>0.225</b></p>
<p><b>On1Foot</b></p>	<p><b>JUMP</b> from any kind of Throw landing with 1 palm onto 1 foot of the support swimmer (in stack head-down) and balancing on 1 palm while performing actions until submergence of the support swimmer.</p>		<p><b>0.40</b></p>
<p><b>1F&gt;1F</b></p>	<p><b>JUMP</b> of the featured swimmer landing with 1 foot onto 1 foot of the support swimmer (in stack head-down) and balancing on 1 foot while performing actions until submergence of the support swimmer.</p> <p>Safety: Not permitted for 12 and under and Youth categories (otherwise BM). Only for experienced and prepared athletes.</p>		<p><b>0.70</b></p>
<p><b>1F&gt;1F+</b></p>	<p><b>JUMP</b> of the featured swimmer landing with 1 foot onto 1 foot onto a stack head-down (2<sup>nd</sup> formation) followed by a step (1 foot to 1 foot) onto another stack head-down (3<sup>rd</sup> formation) and remain on support until submergence of the support swimmer of the 3<sup>rd</sup> formation.</p> <p>Only for construction Thr&gt;StH&gt;1F</p> <p>Safety: Not permitted for 12 and under and Youth categories (otherwise BM). Only for experienced and prepared athletes.</p>		<p><b>1.00</b></p>
<p><b>2F&gt;2F</b></p>	<p><b>JUMP</b> of the featured swimmer landing on 2 feet onto 2 feet of a stack head-down and remain on support until submergence of the support swimmer.</p> <p>Only for construction Thr&gt;StH</p>		<p><b>0.50</b></p>

## 29.7.2 附則7 ペアアクロバティックカタログ(デュエット/ミックスデュエットのペアアクロバティックのみ)

### 29.7.2.1 一般原則：

- i . ペアアクロバティック動作では、ベーススイマーが水中にいて、フィーチャードスイマー(フィーチャードスイマー/フライヤー/パフォーマー)を、空中(水面から離れた位置)に持ち上げる/投げられる場合、その動作はリフトまたはスローとみなされる。ベーススイマーは、フィーチャードスイマーの脚や肩を保持/押すことにより、フィーチャードスイマーを持ち上げたり投げたりすることができる。
- ii . ペアアクロバティック動作では、ベーススイマーが水中にいて、フィーチャードスイマーがベーススイマーから空中にジャンプする場合、その動作はジャンプとみなされる。
- iii . 自分を中心とした回転(ターン、ツイスト)は、どの方向にも行うことができる。回転の方向は、ペアアクロバティックのDDには影響しない。
- iv . ベーススイマーとフィーチャードスイマーのコネクションは任意であり、ペアアクロバティックのDDには影響しない。
- v . ペアアクロバティックのDD値は、チームアクロバティックの値と比較すべきではない。これらはデュエット/ミックスデュエット種目に直接関係している。
- vi . 全タイプのペアアクロバティックのベースマークは、0.10である。
- vii . コードおよび解説に「トラベリング(Traveling)」と記載されている場合、土台となっているベーススイマーが、上に乗せているフィーチャードスイマーとともに、ある地点から別の地点へ明確に移動していることを意味する。その移動は、水面を移動していることが「目に見える」形で明白でなければならない。
- viii . 「クラッシュ」と記載されている場合、リフトのメインフェーズの後、フィーチャードスイマーが水中に沈むのではなく、水面に「クラッシュ」(落下)することを意味する。
- ix . コードや説明に「crashing」と記載されていないにもかかわらずそれを行った場合、ベースマークになる。
- x . ペアアクロバティック動作の解説に「airborne」と記載されている場合、フィーチャードスイマーがベーススイマーからディスコネクトされ、同時につま先から頭頂部まで完全に水から離れた状態にある(空中にいる)必要がある。



- xi . 画像と記載された表との間に相違がある場合：
  - a) 「文章による記述」が常に優先される。
  - b) 画像はあくまで例を示すためのものである。
  - c) 「文章による記述」に沿っていれば、他のバリエーションも認められる。

xii. DTC によるペアアクロバティック動作の明確な確認：

- a) スロー（「W」）またはジャンプ（「J」）の場合、明確なディスコネクトを確認する必要がある。フィーチャードスイマーは完全に空中に出ている必要がある（頭頂部からつま先までが同時に水面より上にある状態でなければならない）。フィーチャードスイマーを足で押すことを推奨する。
- b) フィーチャードスイマーが完全に空中への明確なディスコネクトを示すことができない場合は、（スロー「W」やジャンプ「J」）ではなく、代わりにリフトを申告する必要がある。
- c) ダイナミック（スロー／ジャンプ）とバランス（リフト）のペアアクロバティック動作の明確な違いが見られなければならない。
  - 例えば：両脚を上げて、360°回転するリフト（「Llr1」）の場合、ベーススイマーはフィーチャードスイマーを押し上げ360°回転する（空中である必要はない）。フィーチャードスイマーは、降下中にベーススイマーからディスコネクトすることができる。
  - 対照的に：両脚を上げて、180°回転するスロー（「Wlr0,5」）の場合、ベーススイマーは加速してフィーチャードスイマーを空中に押し上げてディスコネクトする必要がある。フィーチャードスイマーが完全に水から出ていることを確認し（頭頂部からつま先まで）、両膝が沈む前に180°回転しなければならない。
- d) ヘッドアップリフト動作の説明

このようなアクロバティックな動きは、ヘッドアップリフト（L）とみなされます。

この画像（左下）では、フィーチャードスイマーはヘッドアップし、両脚を上げてから水面にクラッシュしている。別の例として、画像（右下）では、フィーチャードスイマーは真上に持ち上げられ、水中に沈む。



ただし、以下に示す2種類の動作はペアアシスト（つまりトランジション）とみなされる。



xiii. ルールにより、2つ以上のペアアクロバティック要素を含むデュエットまたはミックスデュエットは、同じペアアクロバティックコードを繰り返してはならない。

例1：デュエットはLlfr1とLlfr0.5を実行できる。

例2：デュエットは、Jd、W!d、Llfを実行できる。

例3：デュエットはJfs1BとJs1B+fを実行できる。

例4：デュエットはJfs1BとJfs1Bを実行できない。

例5：デュエットはW!fr1とW!fr1を実行できない。

## 29.7.2.2 許容範囲

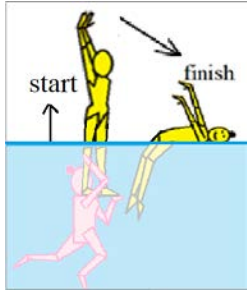
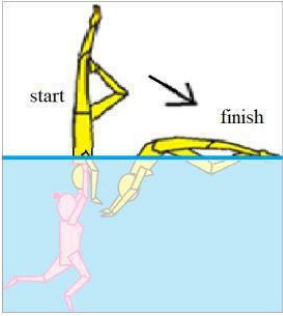
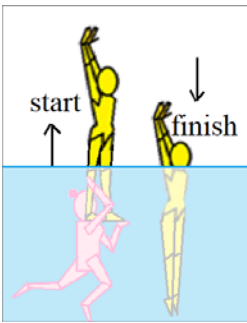
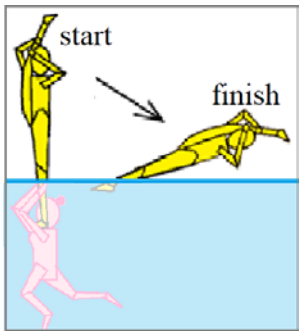
サマソールについて：	
i	<p>申告されたものより90°の不足＝ベースマーク</p> <p>サマソール360°を申告していたが、フィーチャードスイマーが260°回転した場合、それはベースマークになる。しかし、フィーチャードスイマーが300°回転した場合は認められる。</p>
ii	<p>サマソール360°とそれ以上の回転の申告について</p> <p>水上で完全に見えなければならない。入水する際、フィーチャードスイマーの身体の半分までが水没していてもよい。</p> <p>上記について：フレキシビリティポジションを含む後方サマソール360°を申告し、水上で回転している間、フィーチャードスイマーの頭部が入水し始めたが、サマソールを完了するのに十分な速さで回転し、許容範囲内で入水する前にサマソールを完了した場合、それは実行したとみなされる（ベースマークではない）。しかし、半回サマソールをした後、フィーチャードスイマーの身体の半分（あるいはそれ以上）が水没し、その後フィーチャードスイマーが肩と頭を持ち上げた場合は、ベースマークとなる。</p>
iii	<p>フィーチャードスイマーは、オーバーローテーションできる（申告した以上の回転を行うことができる）。例えば、サマソール360°を申告したが、フィーチャードスイマーが400°（たとえ540°）回転しても認められる。</p>

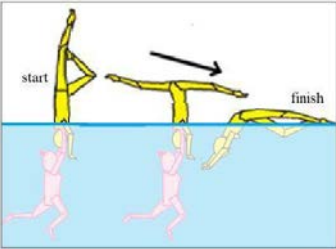
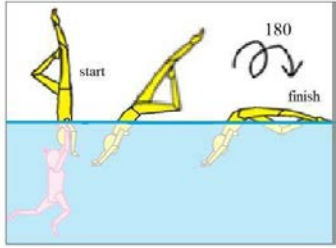
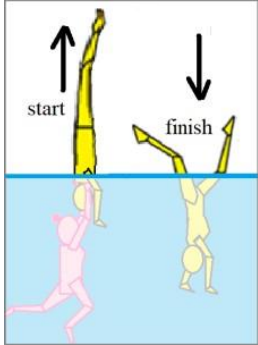
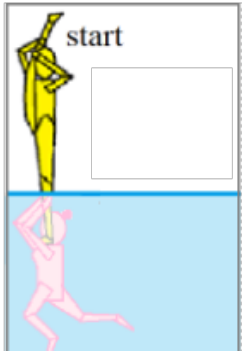
ツイストについて：	
i	<p>ヘッドダウンリフトまたはスローについて：</p> <p>フィーチャードスイマーの膝上（膝が見えなければならない）までの回転数を数える。フィーチャードスイマーが膝下になってからは（数えては）いけない。</p>
ii	<p>ヘッドアップのリフトとジャンプについて：</p> <p>フィーチャードスイマーのウエストまでの回転数を数える。</p>
iii	<p>申告されたツイスト360°またはそれ以上について：</p> <p>申告した回転より90°不足＝ベースマーク</p> <p>上記について360°のツイストを申告したが、フィーチャードスイマーがウエスト（ヘッドアップの場合）または膝（ヘッドダウンの場合）までに190°の回転をした場合は、ベースマークになる。しかし、280°回転した場合は認められる。</p>
iv	<p>申告されたツイスト180°について：</p> <p>許容範囲はないー180°未満のツイストの実行は、ベースマークである。正確に（またはそれ以上）回転しなければならない。</p>
iv	<p>申告されたツイスト180°について：</p> <p>許容範囲はないー180°未満のツイストの実行は、ベースマークである。正確に（またはそれ以上）回転しなければならない。</p>
v	<p>フィーチャードスイマーは、オーバーローテーションできる。許容範囲（ウエスト／膝）の高さで申告以上の回転を行えば認められる。その高さより低い場合は認められない。</p>

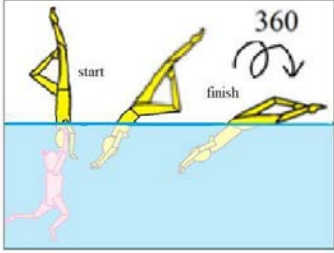
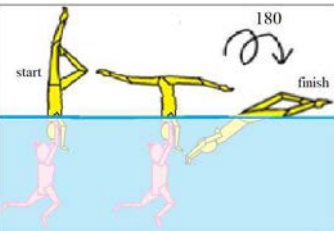

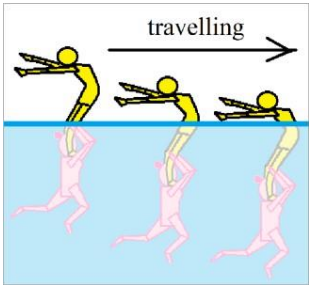
### 29.7.2.3 ポジション

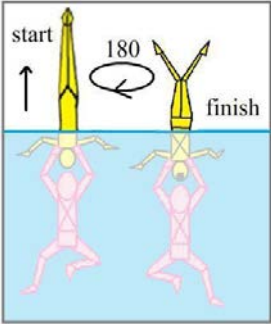
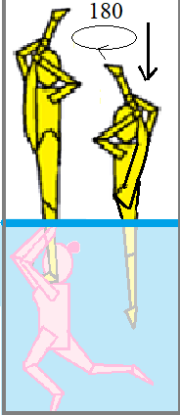
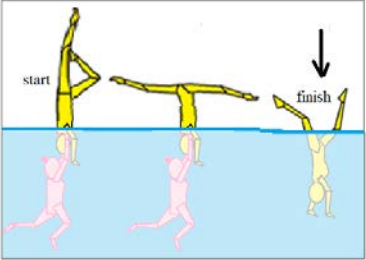
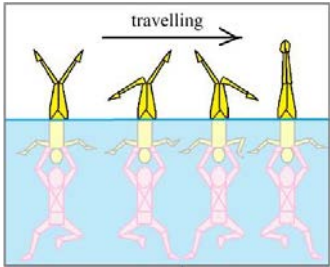
i	<p>フレキシビリティポジションの許容： Split と Over-split (または後ろ脚を曲げてつま先を水面につけるバリエーション。脚を少し前に曲げることは可能だが、明確な柔軟性が示されなければならない (膝と膝の間が180°であることが望ましい)。</p>
ii	<p>以下のポジション (チームアクロバティックカタログのグループ A/B に定義されている) も、フレキシビリティポジションとして認められる。</p> <p>グループBからは、柔軟性が求められるヘッドアップリフト (「L」) およびそのバリエーションに使用できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertical Split (「vs」)、Glass (「gl」)、sail (「sa」)、needle (「ne」)、eye (「ey」)、turtle (「tu」)、split (「spl」)</li> </ul> <p>グループBからは、柔軟性が求められるヘッドダウンリフト (「L!」) およびそのバリエーションに使用できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• willow (「wi」)、owl (「ow」)、marlin (「ma」)、ナイト (後脚を曲げてつま先が水面につく)</li> </ul> <p>グループAからは、柔軟性が求められるスロー／ジャンプ (「W」／「J」) およびそのバリエーションに使用できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• split (「sp」)、jay (「ja」)、ring「rg」)</li> </ul>
iii	<p>ポジションには45度までの許容範囲が認められる。</p>

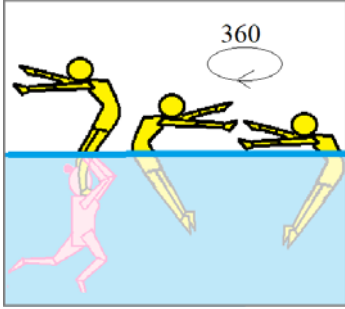
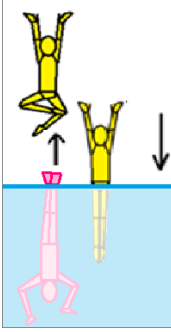
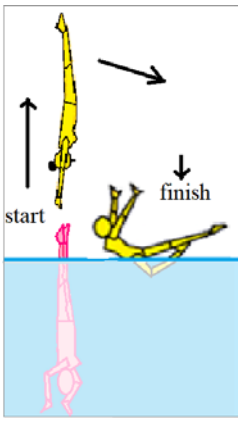
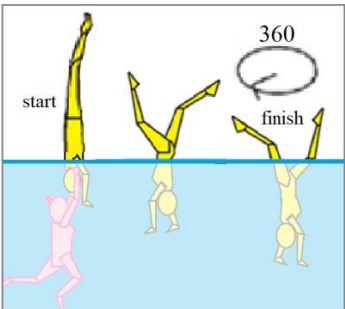
29.7.2.4 Pair Acrobatics Table:

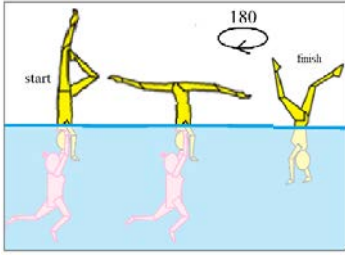
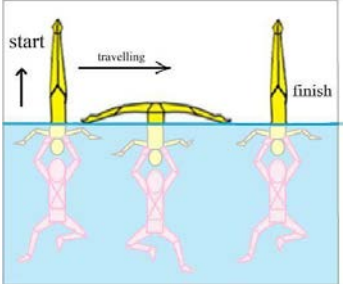
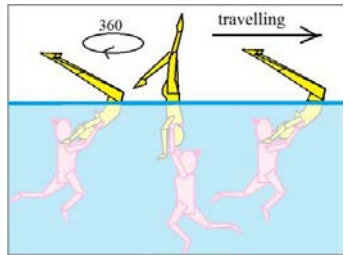
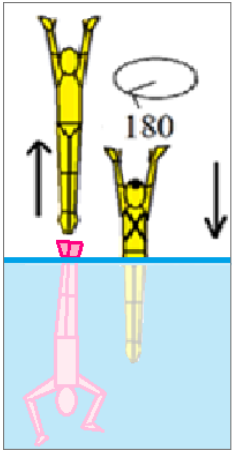
#	Name and code	Diagram	Description	DD of the Pair Acro	Total DD (with Base Mark)
1	Lift head-up with crashing  L>		Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who performs actions above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer "crashes" (falls) on the surface.  Crashing - means that after the main phase of the lift the featured swimmer does not submerge but instead "crashes" (falls) on the water's surface.	0.10	0.20
2	Lift legs-up with crashing  Ll>		Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position head-down) who performs actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the featured swimmer "crashes" (falls) on the water's surface.	0.20	0.30
3	Lift head-up  L		Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who performs actions above the water at maximum height. When the base swimmer releases support the featured swimmer submerges under the surface of the water.	0.40	0.50
4	Lift head-up with flexibility and crashing  Lf>		Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer, who demonstrates flexibility position/s (split variations, etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer releases support, the featured swimmer crashes on the surface.	0.40	0.50

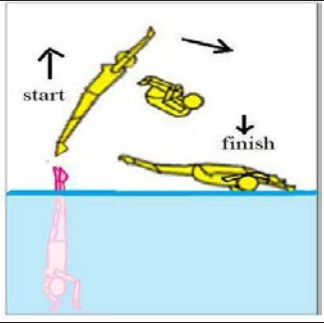
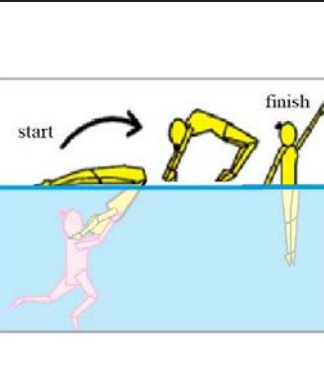
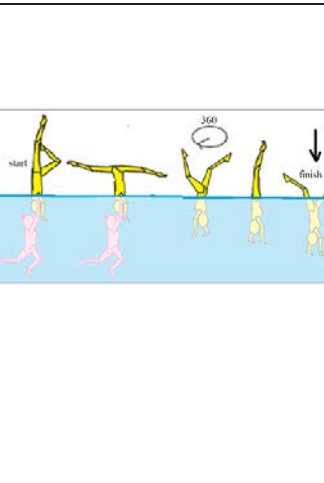
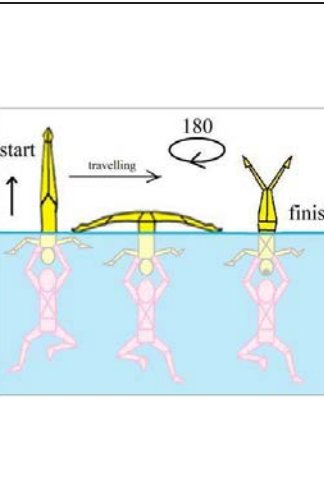
<p><b>5</b></p>	<p>Lift legs-up with flexibility and crashing</p> <p><b>Lif»</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer “crashes” (falls) on the water’s surface.</p>	<p><b>0.40</b></p>	<p><b>0.50</b></p>
<p><b>6</b></p>	<p>Lift legs-up with crashing and rotation 180°</p> <p><b>LlrO.5»</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer simultaneously “crashes” (falls) on the water’s surface while rotating 180° around themselves.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.40</b></p>	<p><b>0.50</b></p>
<p><b>7</b></p>	<p>Lift legs-up</p> <p><b>L!</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down) who performs some actions above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support, the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.60</b></p>	<p><b>0.70</b></p>
<p><b>8</b></p>	<p>Lift head-up with flexibility</p> <p><b>Lf</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer, who demonstrates flexibility position/s (split variations, etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer releases support the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.60</b></p>	<p><b>0.70</b></p>

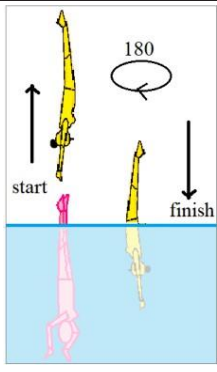
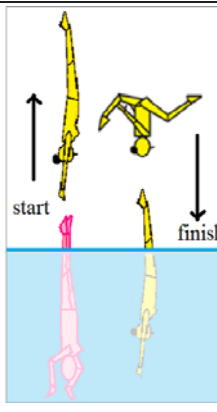
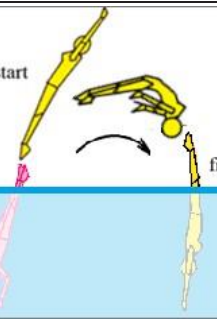
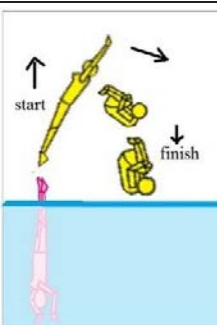
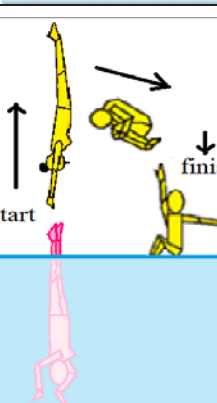
<p>9</p>	<p>Lift legs-up with crashing and rotation 360°</p> <p><b>Llr1»</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer simultaneously “crashes” (falls) on the water’s surface while rotating 360° around themselves.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.60</b></p>	<p><b>0.70</b></p>
<p>10</p>	<p>Lift legs-up with crashing, flexibility and rotation 180° (turn)</p> <p><b>Lifr0.5»</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down) who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer simultaneously “crashes” (falls) on the water’s surface while rotating 180° around themselves.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.60</b></p>	<p><b>0.70</b></p>
<p>11</p>	<p>Lift head-up with 180° rotation</p> <p><b>Lr0.5</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who performs actions above the water at maximum height. When the base swimmer releases support the featured swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 180°.</p> <p>The rotation may occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.60</b></p>	<p><b>0.70</b></p>
<p>12</p>	<p>Sustained lift head-up with travelling</p> <p><b>SL&gt;</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer <u>sustaining the lift for 3 seconds or more while travelling</u>. The featured swimmer performs some actions above the water at maximum height and when the bottom swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>

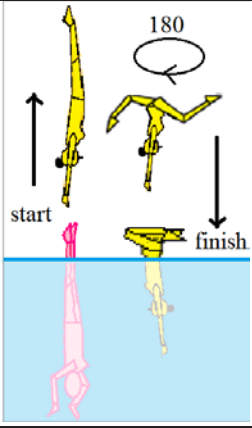

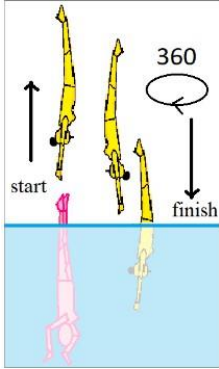

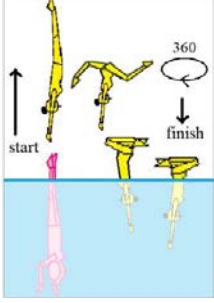
<p>13</p>	<p>Lift legs-up with 180° rotation</p> <p><b>LlrO.5</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down) who performs actions above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support (or helps to rotate) the featured swimmer submerges with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>
<p>14</p>	<p>Lift head-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>LfrO.5</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who demonstrates flexibility position/s (split variations, etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer releases support (or helps to rotate) the featured swimmer submerges under the water with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>
<p>15</p>	<p>Lift legs-up with flexibility</p> <p><b>Llf</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down) who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>
<p>16</p>	<p>Sustained lift legs-up with travelling</p> <p><b>SL&gt;</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down) and <u>sustains the lift for 3 seconds or more while travelling</u>. The featured swimmer performs some actions above the water at maximum height and when the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>


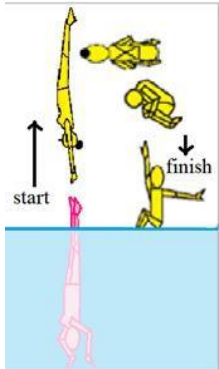
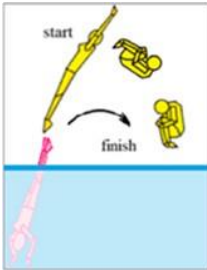
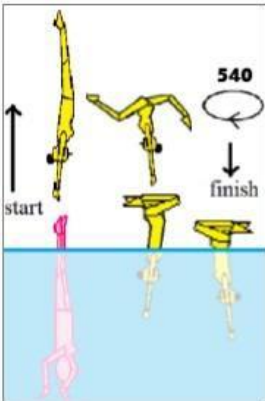
<p>17</p>	<p>Lift head-up with rotation 360°</p> <p>Lr1</p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer, who performs actions above the water at maximum height. When the base swimmer releases support the featured swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 360°.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p>0.80</p>	<p>0.90</p>
<p>18</p>	<p>Jump head-up</p> <p>J</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes airborne. This featured swimmer performs some actions in the air before entering the water.</p>	<p>0.80</p>	<p>0.90</p>
<p>19</p>	<p>Throw legs-up with crashing</p> <p>W!»</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes airborne. This featured swimmer starts their action feet-first and after demonstrating maximum height “crashes” (falls) on the surface.</p>	<p>0.80</p>	<p>0.90</p>
<p>20</p>	<p>Lift legs-up with rotation 360°</p> <p>Lr1</p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), who performs some actions above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 360°.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p>1.00</p>	<p>1.10</p>



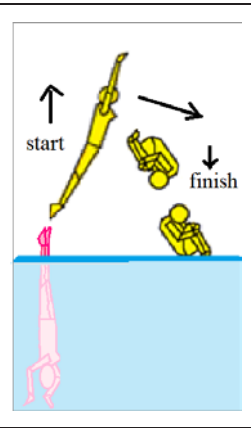
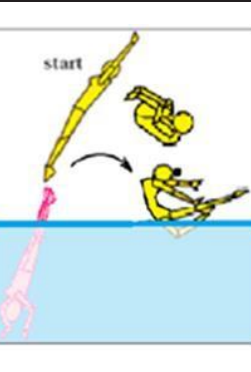
<p>21</p>	<p>Lift legs-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>LifrO.5</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases the featured swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 180°.</p> <p>The rotation may also occur during the “maximum height” phase or while ascending.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>
<p>22</p>	<p>Sustained lift legs-up with flexibility and travelling</p> <p><b>SLif&gt;</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), <u>sustaining the lift for 3 seconds or more while travelling.</u> The featured swimmer demonstrates flexibility position/s above the water at maximum height and when base swimmer pushes and releases, the featured swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>
<p>23</p>	<p>Sustained lift legs-up with travelling and rotation of 180° or more</p> <p><b>SLirO.5&gt;</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), <u>holding for 3 seconds or more while traveling.</u> The featured swimmer performs some actions while rotating 180° or more above the water at maximum height. When the base swimmer pushes and releases the featured swimmer submerges.</p> <p>The rotation may also occur while ascending.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>
<p>24</p>	<p>Jump head-up with 180° rotation</p> <p><b>JrO.5</b></p>		<p>From underwater base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs some actions in the air with a 180° rotation, before entering the water.</p> <p>Note: rotation may also occur while the featured swimmer submerges.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>

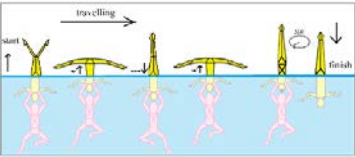

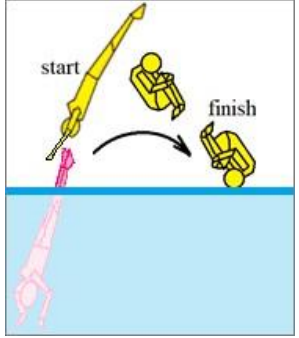
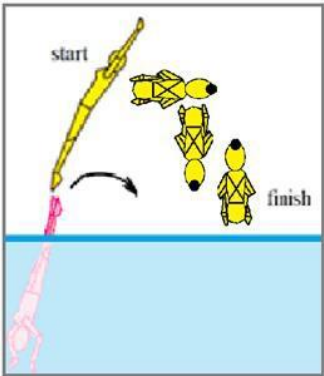
<p>25</p>	<p>Jump head-up with flexibility</p> <p><b>Jf</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer demonstrates flexibility position/s (such as split variations etc.) in the air before entering the water or falling/crashing.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>
<p>26</p>	<p>Legs-Up Throw-Dive</p> <p><b>W!d</b></p>		<p>From a Pike Position the featured swimmer is pushed/thrown by the base swimmer who disconnects and becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer's legs are lifted in an arc over the surface of the water to meet the surface of the water again. The featured swimmer enters the water feet first and lifting their upper body to a vertical position before submerging.</p>	<p><b>1.00</b></p>	<p><b>1.10</b></p>
<p>27</p>	<p>Lift legs-up with flexibility and rotation 360°</p> <p><b>L!fr1</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down). The featured swimmer demonstrates flexibility position/s above the water at maximum height with 360° rotation. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water.</p> <p>The rotation may occur while the featured swimmer submerges or while ascending.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p>28</p>	<p>Sustained lift legs-up with flexibility, travelling and rotation 180° or more</p> <p><b>SL!fr0.5&gt;</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer (position is head-down), <u>sustaining the lift for 3 seconds or more while travelling</u>. The featured swimmer demonstrates flexibility position/s above the water at maximum height with 180° or more rotation. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water.</p> <p>Note: rotation may occur while the featured swimmer submerges or while ascending.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>

<p><b>29</b></p>	<p>Throw legs-up with 180° rotation</p> <p><b>W!r0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet-first and after demonstrating maximum height submerges with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>The rotation may also occur during “pushing”/ ascending phase.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>30</b></p>	<p>Throw legs-up with flexibility</p> <p><b>W!f</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet-first and demonstrates flexibility position/s during maximum height and then submerges.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>31</b></p>	<p>Jump-Dive</p> <p><b>Jd</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. This featured swimmer demonstrates an arc over the surface before entering the water in a head-first vertical position. If the featured swimmer over-rotates, it will not be a Base Mark.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>32</b></p>	<p>Jump head-up with 180° backwards somersault</p> <p><b>Js0.5B</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs a half backwards somersault (180°) in the air demonstrating “tuck” position before entering the water.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>33</b></p>	<p>Throw legs-up with 180° somersault</p> <p><b>W!s0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. This featured swimmer starts their action feet-first and by lifting their body and tucking, performs 0.5 (half) somersault (180° rotation) in the air before entering the water.</p> <p>Note: the body of the featured swimmer should be fully out of the water (above the surface) before entering the water.</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>

<p>34</p>	<p>Throw legs-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>W!fr0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet-first and demonstrates flexibility position/s during maximum height. The featured swimmer then submerges while simultaneously rotating 180°.</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>
<p>35</p>	<p>Jump-Tuck/ Change position – Dive</p> <p><b>Jpd</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs 180° (half) somersault backwards with 1 change of the position in the air before entering the water headfirst. If the featured swimmer over-rotates, it will not be a Base Mark.</p> <p>Note: any “non-flexibility” position is allowed to be demonstrated in the air.</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>
<p>36</p>	<p>Throw legs-up with rotation 360°</p> <p><b>W!r1</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet-first and after demonstrating maximum height submerges with a simultaneous rotation of 360°.</p> <p>The rotation may also occur during “pushing”/ascending phase.”</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>
<p>37</p>	<p><b>Jump head-up, with flexibility and dive</b></p> <p><b>Jdf</b></p>		<p>From underwater one swimmer pushes and throws the featured swimmer in the air who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs a 180 (half) somersault backwards with an airborne flexibility position and then changes position before entering in the water head-first.</p> <p>If the featured swimmer over-rotates, it will not be a Base Mark.</p>	<p><b>1.50</b></p>	<p><b>1.60</b></p>
<p>38</p>	<p>Throw-legs up with flexibility and rotation 360° or more</p> <p><b>W!fr1</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet-first and demonstrates flexibility position/s during maximum height. The featured swimmer then submerges while simultaneously rotating 360° degrees or more.</p>	<p><b>1.60</b></p>	<p><b>1.70</b></p>

<p><b>39</b></p>	<p>Jump head-up with half twist and 180° somersault</p> <p><b>Js0.5t0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer jumps backwards, twists 180° in the air, and then enters the water.</p>	<p><b>1.60</b></p>	<p><b>1.70</b></p>
<p><b>40</b></p>	<p>Throw legs-up with 180° somersault and half twist</p> <p><b>W!s0.5t0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) the featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. This featured swimmer starts their action feet-first and by lifting their body and tucking, performs 0.5 (half) somersault with simultaneous turn on 180° in the air before entering the water.</p>	<p><b>1.60</b></p>	<p><b>1.70</b></p>
<p><b>41</b></p>	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards</p> <p><b>Js1B</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs 1 backwards somersault (360°) in the air demonstrating "tuck" position before entering the water</p>	<p><b>1.80</b></p>	<p><b>1.90</b></p>
<p><b>42</b></p>	<p>Throw legs up with flexibility and rotation 540°</p> <p><b>W!fr1.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer starts their action feet first and demonstrating flexibility position/s during maximum height. The featured swimmer then submerges while simultaneously rotating 540 degrees or more.</p>	<p><b>1.80</b></p>	<p><b>1.90</b></p>

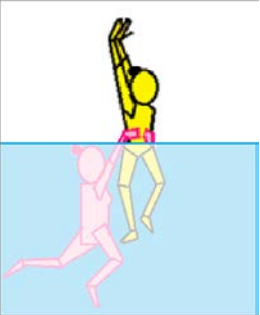
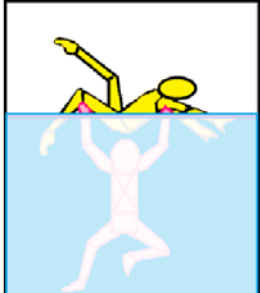
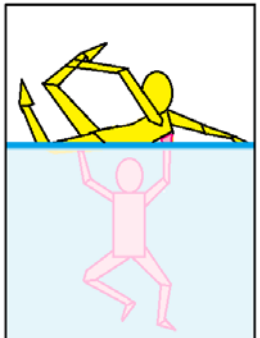
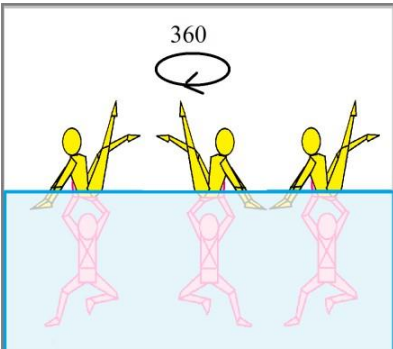
43	<p>Jump - Tuck - 1 somersault half twist</p> <p><b>JBs1t0.5</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs 1 backwards somersault (360°) and half twist (180°) around themselves in the air demonstrating "tuck" position before entering the water.</p>	2.00	2.10
44	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards and flexibility</p> <p><b>Jfs1B</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs 1 backwards somersault in the air demonstrating flexibility of their body (split variations, etc) before entering the water.</p>	2.00	2.10
45	<p>Jump head-up with 1 somersault forwards</p> <p><b>Js1F</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer performs 1 forwards somersault in the air before entering the water.</p>	2.00	2.10
46	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards and open in Jay (flexibility)</p> <p><b>Js1B+f</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer jumps backwards, tucking and rotating 180° in the air, then turning another 180° while opening to a Jay (flexibility) position before entering the water.</p>	2.10	2.20

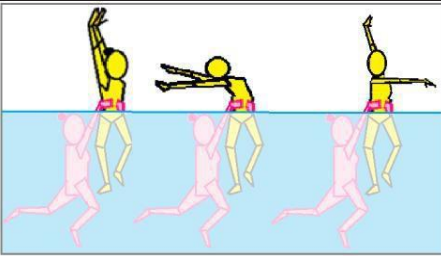
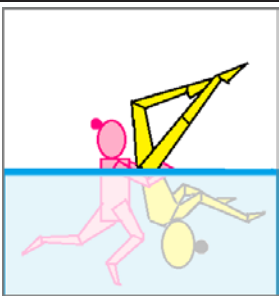
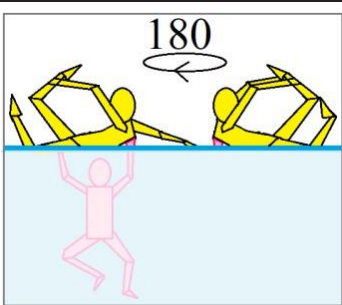
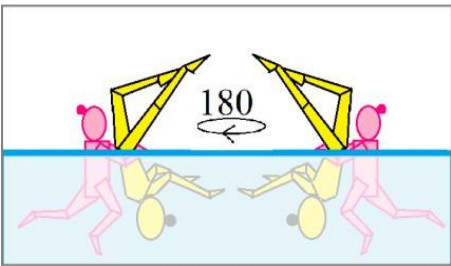
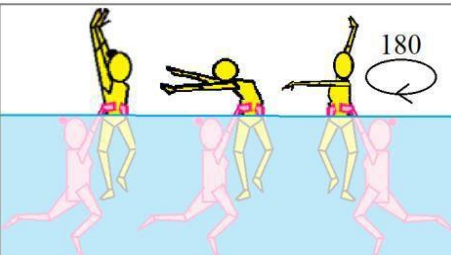
<p>47</p>	<p>Sustained Lift with traveling and 2 consecutive flexibility pushes with a clear catch + rotation 360°</p> <p><b>SL!f2+r1&gt;</b></p>		<p>Pair Acro Sustained Lift (featured swimmer head down) with travelling and 2 consecutive flexibility pushes with a clear catch in-between while remaining sustained, followed by a rotation 360°.</p> <p>Note 1: rotation can happen anywhere during this pair acrobatic sequence. Note 2: Sustained Lift must be 3s or more</p>	<p>2.10</p>	<p>2.20</p>
<p>48</p>	<p>Jump head up with 1 somersault backward +Pike + open in Jay (flexibility)</p> <p><b>Js1B+pf</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer jumps backwards, piking, rotating 180° in the air and then rotates another 180° while opening into a Jay (flexibility) position before entering the water</p>	<p>2.15</p>	<p>2.25</p>
<p>49</p>	<p>Throw legs-up with 1 somersault forwards</p> <p><b>W!s1F</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. This featured swimmer starts their action feet-first and by lifting their torso performs 1 somersault forwards (360°) in the air before entering the water.</p> <p>Note: the somersault is usually performed in a tuck position.</p>	<p>2.20</p>	<p>2.30</p>
<p>50</p>	<p>Jump head-up backwards frontal 360 somersault</p> <p><b>JsF1B</b></p>		<p>From under the water base swimmer pushes and throws (disconnects with) a featured swimmer who becomes <u>airborne</u>. The featured swimmer jumps backwards, turns 90 degrees in the air and performs 1 side (frontal) somersault (360°) in the air demonstrating "tuck", "pike" or "variant of pike" position before entering the water.</p>	<p>2.20</p>	<p>2.30</p>

## 29.7.2.4 Pair Assisted Actions

これはペアアシストアクションのリストである(参考情報)。ペアアクロバティック動作とはみなされない。デュエットやチームにおいてトランジション(アーティスティックインプレッション)として考慮される。

ペアアシストアクションでは、ボトム(ベース)スイマーは水中にいても水面上にいてもよいが、フィーチャーDスイマーは常に水面近くに留まる(明らかにペアアクロのリフト、スロー、ジャンプには該当しない)。また、「ブーストタイプ」のアシスト動作もペアアシストアクションとみなされる。コーチは、ペアアシスト動作がペアアクロバティックの定義に該当しないように注意しなければならない。

Name	Diagram	Description
<b>Pair assisted action “boost type”</b>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who performs actions above the surface of the water. This action should demonstrate a boost of a featured swimmer to maximum height (crotch level) with assistance of the base swimmer.</p>
<b>Pair assisted action on the surface  (“float”)</b>		<p>Base swimmer remains under the water and holds the featured swimmer who remains on the surface and performs actions.</p>
<b>Pair assisted action on the surface  (“float”) with  flexibility</b>		<p>Base swimmer remains under the water and holds the featured swimmer who remains on the surface and performs movements with a range of flexibility (such as: Split, Ariana, Ring etc.)</p>
<b>Pair assisted action on the surface with  rotation 180°-360°</b>		<p>Base swimmer remains under the water and holds and rotates the featured swimmer (upper visible swimmer) 180-360 degrees who remains on the surface of the water.</p>

<p><b>Sustained assisted action head-up</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer who performs actions above the surface of the water sustained for 3 seconds or more.</p>
<p><b>Sustained assisted action legs-up</b></p>		<p>One swimmer holds the featured swimmer whose position is head-down and sustained for 3 seconds or more.</p>
<p><b>Pair assisted action on surface with flexibility and rotation 180°-360°</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and holds and rotates the featured swimmer (upper visible swimmer) 180°-360° who remains at the surface and performs movements with a range of flexibility (such as: split, Ariana, ring etc.).</p>
<p><b>Sustained assisted action legs up with rotation 180°-360°</b></p>		<p>One swimmer holds the featured swimmer, whose position is head-down for 3 seconds or more with a simultaneous rotation of 180°-360°. Note: both swimmers rotate in connection one with another.</p>
<p><b>Sustained assisted action head-up with travelling and rotation 180°-360°</b></p>		<p>Base swimmer remains under the water and lifts the featured swimmer holding for 3 seconds or more while travelling. The featured swimmer performs some actions above the water at maximum height with a rotation of 180°. When the base swimmer pushes and releases support the featured swimmer submerges under the water. Note: the rotation must happen during "maximum height" phase.</p>

## 29.8 附則8 シンクロナイズーションエラーの識別

### 29.8.1 シンクロナイズーションのスコアリング

#### はじめに

シンクロナイズーションパネルは、3人のシンクロナイズーションテクニカルコントローラーで構成される。

このパネルはデュエットおよびチームルーティン種目（チームテクニカル、チームフリー、フリーコンビネーション、アクロバティック）でのみ運用される。

このパネルの目的は、ルーティン演技中のシンクロナイズーションのエラーを客観的に識別し、それに応じて減点を計算することである。

#### シンクロナイズーションの定義：

シンクロナイズーションとは、複数の競技者が動きを完全に一致させて行う精密さである。すなわち、動作が同時に起こること、あるいはデザインが正確に一致していることを意味する。

複数の選手が同時に泳ぐ場合、これを、不一致動作「UNEQUAL ACTION」（または正確性のエラー）と解釈することもできる。不一致動作は、動きのタイミングやデザインのエラーによって生じ、その結果、振り付けが示す「絵」を精密・正確・完璧なものにしない原因となる。

#### 不一致動作「UNEQUAL ACTION」の定義：

不一致動作とは、2人以上の競技者が同じ動作を行う際に、タイミングまたはポジショニング（デザイン・形状）に違いがある状態を指す。

意図的に振り付けられた不一致な動作は、ペナルティの対象とならない。

#### タイミングの違い・ズレ：

- 動作が完全に同時に行われていない。
- 動作の発生タイミングが一致していない。

#### ポジショニング（デザイン・形状）の違い・ズレ：

- 頭、腕、脚など身体の部位のポジションに違いがある。
- 頭、腕、脚など身体の部位の水面からの高さに差がある。
- 間隔（スペーシング）やパターンの形状に違いがある。

注：2人以上の競技者が異なるポジションや形で動作しており、どちらが正しいか判別できない場合でも、視覚的に差異が明らかであれば、不一致動作（Unequal Action）と見なされ、減点対象となる。

#### ポジショニングの違いの一例：



図1：パターン、脚の向き、脚の高さがそろっておらず、本来見られるべき「完璧な姿（パーフェクトピクチャー）」を示していない。これはあくまで写真であるため、ここではタイミングの違いについては判断できない。

**シンクロナイズーションエラーに関する一般原則：**

- 1) シンクロナイズーションテクニカルコントローラーは、音楽開始時に不一致動作を数え始める。
- 2) タイミングエラーとポジショニングエラー（形状／デザイン）が同時に発生した場合、コントローラーは1つのシンクロエラー（不一致動作）としてのみ記録する。
- 3) エクスキュージョンにおいて角度の違いが正確に規定されている動作や姿勢（すなわち垂直姿勢と垂直沈み込み、バレレッグ姿勢の90°脚、ナイト姿勢、フィッシュテイル／クレーンなど）については、エレメントジャッジもそのズレをエクスキュージョンの採点においてその点も考慮する。
- 4) ルーティンは、シンクロナイズーションコントローラーによって観察され、システムによって確認されたエラーの数には上限がない。つまり無制限にエラーがカウントされる。同一のハイブリッドまたはトランジションシークエンス中に複数個発生することもある。つまり、各動作がシンクロエラー（不一致動作）を発生させる可能性がある。減点を累積し続ける代表的な例として、次の2つが挙げられる。

ハイブリッドの開始時点ですでにズレており、その違いが最後まで続く場合。それぞれの動作が遅れるごとにシンクロエラー（不一致動作）として数えられる。

回転全体中にタイミングまたはポジショニングのズレが継続している場合。ディフィカルティ申告の適用に関する入門ガイドによると、180°ごとの回転が1動作とみなされるため、720°のスピンの（またはツイスト）の最初から最後までタイミングの違いは、最大4つの不一致動作（スモールかオヴィアスかにかかわらず）を累積する可能性がある、と記載されている。

- 5) 動作が非常に速い場合、コントローラーは検証システムの時間制限に見合うだけの不一致動作を記録する。つまり、コントローラーは約0.5秒に1つしか不一致動作を記録できない。

**シンクロナイズーションエラーの定義**

シンクロナイズーションエラーは、「スモール」「オヴィアス」「メジャー」の3つのカテゴリに分類される：

Small スモール	2つの異なる動作とはいえないわずかな違いだが、完璧なシンクロナイズーションのイメージを歪めるもの。
	スモールシンクロナイズーションエラーには以下のようなものがある： <ul style="list-style-type: none"> <li>• タイミングのわずかなズレ</li> <li>• ポジショニング（デザイン・形状）の違いはすべてスモールエラーとする（これはエレメントパネルでも考慮されるため、スモールとみなされる）。</li> <li>• パターンの並びと間隔の不正確な動作</li> <li>• 角度や高さの違い</li> <li>• 平行でないウォークアウト</li> </ul>
Obvious オヴィアス	意図せずに動きがそろわず、2つの動作が次々に行われたかのような状態
	オヴィアスシンクロナイズーションエラーは以下のようなものがある： <ul style="list-style-type: none"> <li>• タイミングの明らかなズレ（1つが動いた後に別のものが動く）。</li> </ul>

Major メジャー	ルーティンの内容に変化をもたらすエラー (1人または複数の競技者による1つまたは複数の動作の欠落)。
	メジャーシンクロナイゼーションエラーは以下のようなものがある： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1人または複数の競技者によるルーティンの内容の変更(動作の欠落)。</li> <li>• どんな変更(動作の欠落)もメジャーエラーとして数える。例えば、たとえそれが1人の競技者が素早い背泳ぎを抜かしたただけのミスであったとしても、メジャーエラーとして数える。</li> </ul>

\*注：さまざまなルーティンを観察する際、若年層や育成途上の選手において「スモール」として感じられるエラーでも、年長者や経験豊富な競技者のルーティンでは「オヴィアス」と感じることもあるかもしれない。これは、カウント取りの時間の長さ、動作の速さ、つまりスピードがシンクロナイゼーションに与えるリスクによるものである。

例えば、競技者がより速いスピード(1秒間に4動作など)で動いている場合、ルーティンがより遅い(1秒間に1動作など)場合よりも、「オヴィアス」エラー(視覚的に2つの異なる動作に見えること)を起こすリスクが高くなる。1秒間に1動作で、2つの異なる動作に見えるためには、完全に1秒の差が必要である。

## 29.8.2 手順

### シンクロナイゼーションアプリケーションまたはデバイスを使用する場合

シンクロナイゼーションパネルでの最終結果の算出方法：

3人のシンクロナイゼーションテクニカルコントローラーからなる1つのパネルがあり、それぞれに3つのボタンを持つシンクロパネルティデバイスが設置される。それぞれのボタンは異なる色をしている。

グリーンは、スモールエラーに対して押される。

イエローは、オヴィアスエラーに対して押される。

レッドは、メジャーエラーに対して押される。

3人のSTCのスモールエラーとオヴィアスエラーの平均が計算され、シンクロエラー減点に適用される。

### 「紙と鉛筆」方式(アプリケーション/デバイスにアクセスできない場合)

シンクロアプリケーションやデバイスの実装が不可能な場合、シンクロコントローラーのパネルで「紙と鉛筆」方式を使用することができる。

この方法では、シンクロコントローラーごとに、スモールエラー、オヴィアスエラー、メジャーエラーの3つの欄からなる1ページのチャートを印刷する必要がある。World Aquaticsのテンプレートは巻末を参照のこと。

シンクロコントローラーは、確認したスモールエラー(S)、オヴィアスエラー(O)、メジャーエラー(M)にそれぞれチェックマークをつける。各コントローラーはエラーの総数を合計する。スモールエラーとオヴィアスエラーの3人のSTCの平均が取られ、スコアラーに提出され、シンクロエラー減点のために入力される。メジャーエラーのプロセスは、以下のセクションCに従う。

## メジャーシンクロナイズーションエラーのレビュー

競技規則のセクション16に従う。

### 減点

有効化された不一致動作ごとのあらかじめ決められた減点値：

スモール	- 0.1
オヴィアス	- 0.5
メジャー	- 3.0

その後、シンクロナイズーションエラーの合計がエレメントスコアから差し引かれる。

### 計算例

		Small Errors	Obvious Errors	Major Errors
<b>ROUTINE A</b>	STC-1	14	3	0
	STC-2	16	4	0
	STC-3	12	2	0
	Average:	14	3	0
	Deduction	$14 \times 0.1 = 1.4$	$3 \times 0.5 = 1.5$	$0 \times 3.0 = 0$
	Total:	2.9		
<b>ROUTINE B</b>	STC-1	20	5	1
	STC-2	17	7	1
	STC-3	24	4	1
	Average:	20.3	5.3	1
	Deduction	$20.3 \times 0.1 = 2.03$	$5.3 \times 0.5 = 2.67$	$1 \times 3.0 = 3.0$
	Total:	7.7		

**SYNCHRONISATION TECHNICAL CONTROLLER FORM**

<b>Competition:</b>				
<b>Age Group:</b>				
<b>Event:</b>	<input type="checkbox"/> Duet Tech	<input type="checkbox"/> Mixed Duet Tech	<input type="checkbox"/> Team Tech	<input type="checkbox"/> Acrobatic
	<input type="checkbox"/> Duet Free	<input type="checkbox"/> Mixed Duet Free	<input type="checkbox"/> Team Free	<input type="checkbox"/> Combo

**Controller Name:** \_\_\_\_\_ **Controller:**    **STC1**   **STC2**   **STC3**

<b>Competitor No:</b>		
Small	Obvious	Major
<b>Total:</b>	<b>Tota</b>	<b>Total:</b>

## 29.9 附則9 アーティスティックスイミング ワールドランキング

### 29.9.1 定義、目標、目的

アーティスティックスイミングワールドランキングは、過去24ヶ月間の競技者、デュエット、チームの成績と一貫性を数値(数値 #0) で表したものである。平等性、公平性、競争力を担保するために、客観的な実力に基づく方法が定義されている。

アーティスティックスイミングワールドランキングの目的には、以下のようなものがある：

- 1) すべてのアーティスティックスイミング競技者を、基準にもとづいてワールドランキングに登録し掲載すること。
- 2) アーティスティックスイミング競技のスタートリストのスタート順を決定する。
- 3) 各国連盟がワールドランキングをチーム選考のツールとして使用できるように支援する。
- 4) 将来の主要な World Aquatics 競技会の出場資格基準とする。

### 29.9.2 資格

競技者が Tier2 または Tier1 に分類される競技会で結果を出した時点で、その競技者はワールドランキングに含まれる。

ソロとデュエットのランキングは、ランキングを獲得した競技者に帰属する。ソリストまたはデュエットは、それぞれ独自のワールドランキングを作成しなければならない。各デュエットランキングはリザーブも考慮される。ソリストのリザーブは考慮されない。

チームランキングは、リザーブを含むチーム構成の少なくとも半数(50%) が一致した場合のみ、各国連盟に帰属する。

### 29.9.3 ランキング方法

#### 29.9.3.1 ローリングシステム

アーティスティックスイミングのワールドランキングは、達成された最高成績を考慮し、24ヶ月のローリング制にもとづく：

上記を踏まえ、ワールドランキングは2024年ドーハ世界選手権大会から開始したことを考慮すると、最初の24カ月は以下の表のとおりとなる(その後、ローリングが継続される)：

	<b>Finals Event Date</b>	<b>24 months rolling</b>
<b>Women Solo Free</b>	06/02/2024	05/02/2026
<b>Women Solo Technical</b>	03/02/2024	02/02/2026
<b>Men Solo Free</b>	07/02/2024	06/02/2026
<b>Men Solo Technical</b>	05/02/2024	04/02/2026
<b>Women Duet Free</b>	08/02/2024	07/02/2026
<b>Women Duet Technical</b>	05/02/2024	04/02/2026
<b>Mixed Duet Free</b>	10/02/2024	09/02/2026
<b>Mixed Duet Technical</b>	04/02/2024	03/02/2026
<b>Team Free</b>	09/02/2024	08/02/2026
<b>Team Technical</b>	06/02/2024	05/02/2026
<b>Team Acrobatic</b>	04/02/2024	03/02/2026

### 29.9.3.2 競技会レベルの値

World Aquatics 競技規則 Part1-2.2.1. に従い、競技会で結果を残した全競技者には、そのレベルに応じて異なるポイント数が配分される：

- ティア1. 主要な水泳競技大会－オリンピック、世界選手権大会。
- ティア2. アーティスティックスイミングワールドカップ。
- ティア3. 大陸競技会－大陸複合スポーツ大会、大陸または団体が主催する競技会。これらの大会は、World Aquatics が基準を合意し、競技規則の統一的な適用を保証するために、すべての大陸組織とパートナーシップを結んだ後、後の段階で検討される。

Competition level	Tier value [TV <sup>j</sup> ]
Tier 1	100
Tier 2	90
Tier 3	70

### 29.9.3.3 ランキングの算出

ワールドアーティスティックスイミングランキングは1種目につき1つ：

- 1つの女子ソロフリー ワールド AS ランキング
- 1つの女子ソロテクニカル ワールド AS ランキング
- 1つの男子ソロフリー ワールド AS ランキング
- 1つの男子ソロテクニカル ワールド AS ランキング
- 1つの女子デュエットフリー ワールド AS ランキング
- 1つの女子デュエットテクニカル ワールド AS ランキング
- 1つのミックスデュエットフリー ワールド AS ランキング
- 1つのミックスデュエットテクニカル ワールド AS ランキング
- 1つのミックスチームフリールーティンのワールド AS ランキング
- 1つのミックスチームテクニカルルーティンのワールド AS ランキング
- 1つのミックスチームアクロバティックルーティンのワールド AS ランキング

ランキングは、競技会レベル値に応じてスコアを重みづけして作成する。ランク付けの対象となる最終ポイント [P<sub>i</sub>] は以下から得られる：

$$P_i = TV^j \cdot p_i^j$$

説明：

$p_i^j$ ：ソリスト／デュエット／チーム [i] が競技 [j] で獲得したポイント

$TV^j$ ：ティア値 [TV<sup>j</sup>] に基づく競技会 [j] の値

#### 29.9.3.4 ランキングの適用

ワールドランキングは、すべてのイベントの第1段階（予選がある場合は予選、当該競技会に予選と決勝の両段階がない場合は決勝）のスタート順を決定するために使用される：

スタートリストは、ワールドランキングにもとづき、アーティスティックスイミングテクニカルミーティングで作成される。ソリスト／デュエット／チームのランクが高いほど、スタート順が高くなる。ワールドランキングを有しない出場者はランダムに抽選され、競技会でより上位のスタート順となる：

- 世界選手権大会における女子テクニカルデュエットイベントへの30組のエントリー：ランクを有するデュエット18組とランクを有しないデュエット12組。
- 抽選方法：ランクを有しないデュエットは、ランダム抽選により、スタート順1番から12番までの抽選を行う。
- ランクを有するデュエットは、ワールドランキングの逆順：スタート順13番から30番で競技する。

#### 29.9.3.5 タイブレイクルール

アーティスティックスイミングのワールドランキングが同点の場合は、世界選手権大会のスコアにもとづいて順位を決定する。

- 1) 同点のソリスト／デュエット／チームの両方が前回の世界選手権大会に出場していた場合、より良い成績を取めた方が上位となる。
- 2) 同点のソリスト／デュエット／チームのいずれかが前回の世界選手権大会に出場していなかった場合、出場した方が上位となる。
- 3) 同点のソリスト／デュエット／チームのいずれもが前回の世界選手権大会に出場していない場合、24ヶ月以内により高いスコアを取めた方が上位となる。これは、何らかの理由で世界選手権大会が考慮されない場合にも適用される。

#### 29.9.3.6 その他の考慮事項

##### 考慮されたスコアの段階

最後に獲得したスコアがワールドランキングの対象となる：

- ソリスト／デュエット／チームが予選と決勝の両方に出場した場合、ワールドランキングの算出には決勝での結果のみが考慮される。
- ソリスト／デュエット／チームが決勝に進出しなかった場合、ワールドランキングの算出には予選の結果が使用される。

##### 参加

競技会は、競技者が結果を得た場合にのみワールドランキングの対象となる。競技者が次の場合：

- 1) World Aquatics 競技規則違反による失格 (DSQ)；
- 2) スポーツマンシップに反する行為による失格 (DQB)；
- 3) スタートしなかった場合 (DNS)；

その競技会は考慮されない。

### 30. 抗議 (Part 1 [13])

- 1 次の場合、競技に関する抗議ができる。
  - (1) 規則や競技会における規定が、順守されていなかった場合。
  - (2) 発生事象が、競技会の主催者や他の競技者によって引き起こされた場合。
  - (3) レフリーの判断に納得できない場合。ただし、明らかな事実に対する抗議は認められない。  
(Part 1 [13.1.1])
- 2 抗議は、以下のように抗議書を提出しなければならない。
  - (1) 所属チームの責任者が
  - (2) レフリーに対して
  - (3) 事象発生後30分以内に
  - (4) 本連盟規定の書式で
  - (5) 預かり金5万円を添えて  
(Part 1 [13.1.2])

※ 事象発生後30分以内とは、失格、減点・ペナルティを差し引いて算出した結果を、通告もしくは掲示にて公表後30分以内とする
- 3 競技開始前にあらかじめ予見される事項についての抗議は、セッション毎、競技開始前までに提出されなければならない。(Part 1 [13.1.2])
- 4 提出された抗議書は、レフリーによって検討される。レフリーは抗議を棄却した場合、理由を説明しなければならない。(Part 1 [13.1.3])
- 5 チームの責任者は、レフリーの下した判断に不服がある場合は、上訴審判団に申し立てをすることができる。レフリーの判断に異議がない場合、預かり金は、本連盟(主催団体)に徴収される。  
(Part 1 [13.1.3], Part 1 [13.1.4])
- 6 上訴審判団は、抗議書の内容を踏まえて、レフリーならびにジャッジ、テクニカルコントローラー、その他必要と判断した担当者等から聞き取りをした上で最終的な裁定を行う。上訴審判団が設置されていない大会においては、本連盟もしくは加盟団体に任命された大会総務が裁定をする。競技役員は上訴審判員を兼務することはできない。
- 7 上訴審判団が下した裁定は、最終のものとなる。裁定結果はチーム責任者に対して説明される。抗議が受理された場合は従前のレフリー判断は取り消される。その場合、預かり金は返却される。上訴が棄却された場合、預かり金は本連盟(主催団体)に徴収される。(Part 1 [13.1.3])

### 31. その他

- 1 競技者は、本連盟または加盟団体の特別な承認がない限り、本連盟の競技者資格規程により登録された競技者に限られていなければならない。
- 2 すべての競技者・監督・コーチおよび役員は、「競技会において着用または携行することができる水泳用具、用具の商業ロゴマーク等についての取扱規程」に違反する物品を競技場内で着用・携行して宣伝・広告の媒体になってはならない。
  - (1) 公式競技会および公認競技会のシンボルマークや、本連盟が認めたものは、この規則から除外する。
  - (2) この項に違反した者は、本連盟の審査によって登録競技者の資格を失う。
- 3 競技会において使用する施設・設備・機器類は、本連盟プール公認規則、公認プール施設要領に則ったもののうち、最高の機能を有するものを使用するよう努めなければならない。
- 4 競技会主催者は、本連盟の競技会における監視救護体制に則って安全に備え、事故防止に努めなければならない。

### 附 則

本規則は2025年(令和7年)4月1日以降開催される競技会に適用される。

第1刷 2025年4月1日発行

レフリー \_\_\_\_\_ 殿

## ■抗議申立者

チーム名	
役 職	
氏 名	

## 抗 議 書

大会名		
ソロ・男子ソロ・デュエット・ミックスデュエット・チーム・ アクロバティックルーティン・フリーコンビネーション (該当に○)	出場順	氏 名 (チーム名)
テクニカルルーティン・フリールーティン・フィギュア (該当に○)		
年齢区分：10-12歳・13-15歳・15-18歳 (該当に○)		
抗議内容		

上記について、アーティスティックスイミング競技規則の規定に基づき、抗議料¥50,000-を添えて、ご検討と取り消しをお願い申し上げます。

受付 時間	時 分	レフリー署名	
----------	-----	--------	--

レフリー 判断	承認 棄却 【棄却理由】

レフリーの判定について  納得しました  納得できないので上訴します

監督 (代表者) 署名	
-------------	--

上訴 審判 裁定	承認 棄却 【裁定結果】

裁定 日時	月 日 時 分	上訴審判団長署名	
----------	---------	----------	--

# ■預かり証

年 月 日

チーム名 \_\_\_\_\_

責任者名 \_\_\_\_\_

様

¥50,000-

ただし、抗議料預り金として

担 当

公益財団法人 日本水泳連盟

〒160-0013

東京都新宿区霞ヶ丘町 4 番 2 号

Japan Sport Olympic Square 8 階

電話番号 03-6812-9061

※ 預り金は、抗議が受理された場合、本証と引き換えに返金いたします。

裁定結果が報告されるまで大切に保管してください。

※ 抗議が棄却された場合は、抗議料は本連盟により徴収されます。

その際は本証と引き換えに、改めて領収書を発行します。

担当印（サイン）無きは無効

## ※ 参考資料(アーティスティックスイミング)

### 30.抗議 (Part 1 [13])

1 次の場合、競技に関する抗議ができる。

- (1) 規則や競技会における規定が、順守されていなかった場合。
- (2) 発生事象が、競技会の主催者や他の競技者によって引き起こされた場合。
- (3) レフリーの判断に納得できない場合。ただし、明らかな事実に対する抗議は認められない。  
(Part 1 [13.1.1])

2 抗議は、以下のように抗議書を提出しなければならない。

- (1) 所属チームの責任者が
- (2) レフリーに対して
- (3) 事象発生後 30 分以内に
- (4) 本連盟規定の書式で
- (5) 預かり金 5 万円を添えて  
(Part 1 [13.1.2])

※ 事象発生後 30 分以内とは、失格、減点・ペナルティを差し引いて算出した結果を、通告もしくは  
は掲示にて公表後 30 分以内とする

3 競技開始前にあらかじめ見られる事項についての抗議は、セッション毎、競技開始前までに提出されなければならない。(Part 1 [13.1.2])

4 提出された抗議書は、レフリーによって検討される。レフリーは抗議を棄却した場合、理由を説明しなければならない。(Part 1 [13.1.3])

5 チームの責任者は、レフリーの下した判断に不服がある場合は、上訴審判団に申し立てをすることができる。レフリーの判断に異議がない場合、預かり金は、本連盟（主催団体）に徴収される。  
(Part 1 [13.1.3], Part 1 [13.1.4])

6 上訴審判団は、抗議書の内容を踏まえて、レフリーならびにジャッジ、テクニカルコントローラー、その他必要と判断した担当者等から聞き取りをした上で最終的な裁定を行う。上訴審判団が設置されていない大会においては、本連盟もしくは加盟団体に任命された大会総務が裁定をする。競技役員は上訴審判員を兼務することはできない。

7 上訴審判団が下した裁定は、最終のものとなる。裁定結果はチーム責任者に対して説明される。抗議が受理された場合は従前のレフリー判断は取り消される。その場合、預かり金は返却される。上訴が棄却された場合、預かり金は本連盟（主催団体）に徴収される。(Part 1 [13.1.3])

## 競技会における監視救護体制について

都道府県大会を含む全ての競技会主催者は、大会の開催にあたり、次の有資格者の常駐・監視員（以下「ライフガードという」。）の配置およびAEDを設置すること。

### 1 競技会における有資格者とは

- (1) 水泳コーチ、水泳教師、水泳指導員資格、日本赤十字社の救急法・水上安全法資格、日本ライフセービング協会のベーシック・サーフライフセーバー、プールライフガード（アドバンス資格・指導員資格を含む）の資格を持ち、事故発生時に救助の指示および救命等に対応できる者。
- (2) この有資格者が競技役員および大会役員等の役職に就くことは差し支えない。
- (3) ライフガードにあたる者が有資格者である場合は、別にこの有資格者を置く必要はない。

### 2 競技会におけるライフガードとは

- (1) 緊急時に対応できる泳力・技術を兼ね備えている者（特に資格は定めない）。
- (2) ライフガードの役務にあたっている間は、他の役職を兼務しないこと（競技役員および補助役員もその間専従であれば従事しても差し支えない）。なお、ライフガードの役職に就く者は、救助法などについて講習会などを定期的を受講し、研鑽を積んでいることが望ましい。

### 3 競技会におけるライフガードの人数

- (1) メインプール
  - ①50mプールは、2名以上。
  - ②25mプールは、1名以上。
- (2) サブプール（練習用プール）
  - ①1名以上。
  - ②50mプールは、2名以上が望ましい。
- (3) ダイビングプール
  - ①1名以上

### 4 競技会におけるライフガードの活動

- (1) 競技中のメインプール・ダイビングプールでは審判長または進行の指示により活動する。
- (2) 練習中のサブプールでは、状況に応じ活動する。
- (3) 競技によっては、救命の際など、緊急性が高く、審判長からの指示を待つ猶予がない場合には、救護担当者の判断で対応を開始する。
- (4) 審判長、進行、その他競技会役員および救護担当者と迅速に連携するために、トランシーバーなどの通信機器を用いるのが望ましい。

### 5 競技会における救護体制

- (1) 医師または看護師を競技開始より終了まで常駐させることが望ましい。
- (2) 医師または看護師の有無に係わらず救急体制（競技場の施設担当者への協力依頼・救急車要請の手順の確認・近隣の救急病院等の所在地確認等）を整備しておくこと。

### 6 監視救護体制の公表

競技会における有資格者を監視救護担当とし、氏名あるいは団体名をプログラム等を通じて公表すること。  
(補足)

本連盟主催の全国大会では、医師1名を競技開始から終了まで、ライフガードは練習開始から競技後の練習終了までメイン3名・サブ1名・計4名の常駐を基本としている。

## プール公認規則 (抜粋)

### 第5章 公認アーティスティックスイミングプール

#### 第1節 通 則

##### 第107条 (公認アーティスティックスイミングプールの種類)

公認アーティスティックスイミングプールとは、国内基準アーティスティックスイミングプール(以下、国内アーティスティックスイミングプールという)および国際基準アーティスティックスイミングプール(以下、国際アーティスティックスイミングプールという)をいう。

##### 第108条 (許容値)

各条文に、許容誤差が規定されている数値以外、そのほかの寸法の許容最大過長値・過短値は、特に指定あるもの(以下、以上、未満で表記したものを含む)を除き、表示有効数字の最終桁の1/2以下とする。

#### 第2節 国内アーティスティックスイミングプール

##### 第109条 (フィギュアー競技エリア)

フィギュアー競技エリアは、第110条に規定されたルーティンエリアと同じエリアおよび水深を使用することができる。

##### 第110条 (ルーティン競技エリア)

ルーティン競技に使用されるエリアは、15.00m × 20.00m以上の水域があり、そのうち12.00m × 12.00mは水深3.00m以上なければならない。残りの水域の水深は最低2.50mなければならない。

##### 第111条 (水深)

第110条に規定されている通りとする。

なお、水深2.00m以上の場合は、壁際での水深が2.00mで壁から最大1.2mのところ deepest の水深になるように傾斜していればよい。

##### 第112条 (水の状態)

水はプールの底が見えるように十分透明でなければならない。

##### 第113条 (水温)

水温は27℃以上でなければならない。

##### 第114条 (照明)

水面上1mの高さで600ルクス以上でなければならない。

自然(屋外)および人工的な照明はジャッジプラットフォーム(台)およびスターティングプラットフォームにおけるまぶしさを防ぐために制御できるようにしなければならない。

##### 第115条 (スターティングプラットフォーム)

スターティングプラットフォームは、最小高さが0.50m以上、できれば0.70mが望ましい。

プラットフォームの表面はすべりにくい素材で覆われている必要があり、速乾性の防水カーペットを推奨する。

##### 第116条 (レーンマーキング)

床面にレーンマーキングがない場合、配置図のようにプールの長さに沿って一方向の目立つ線を複数ひかなければならない。(配置図参照)

#### 第3節 国際アーティスティックスイミングプール

##### 第117条 (ルーティンエリア)

ルーティンエリアは最低30.00m × 20.00mとする。

##### 第118条 (水深)

水深はプール全面3.00m以上でなければならない。

第119条 (照明)

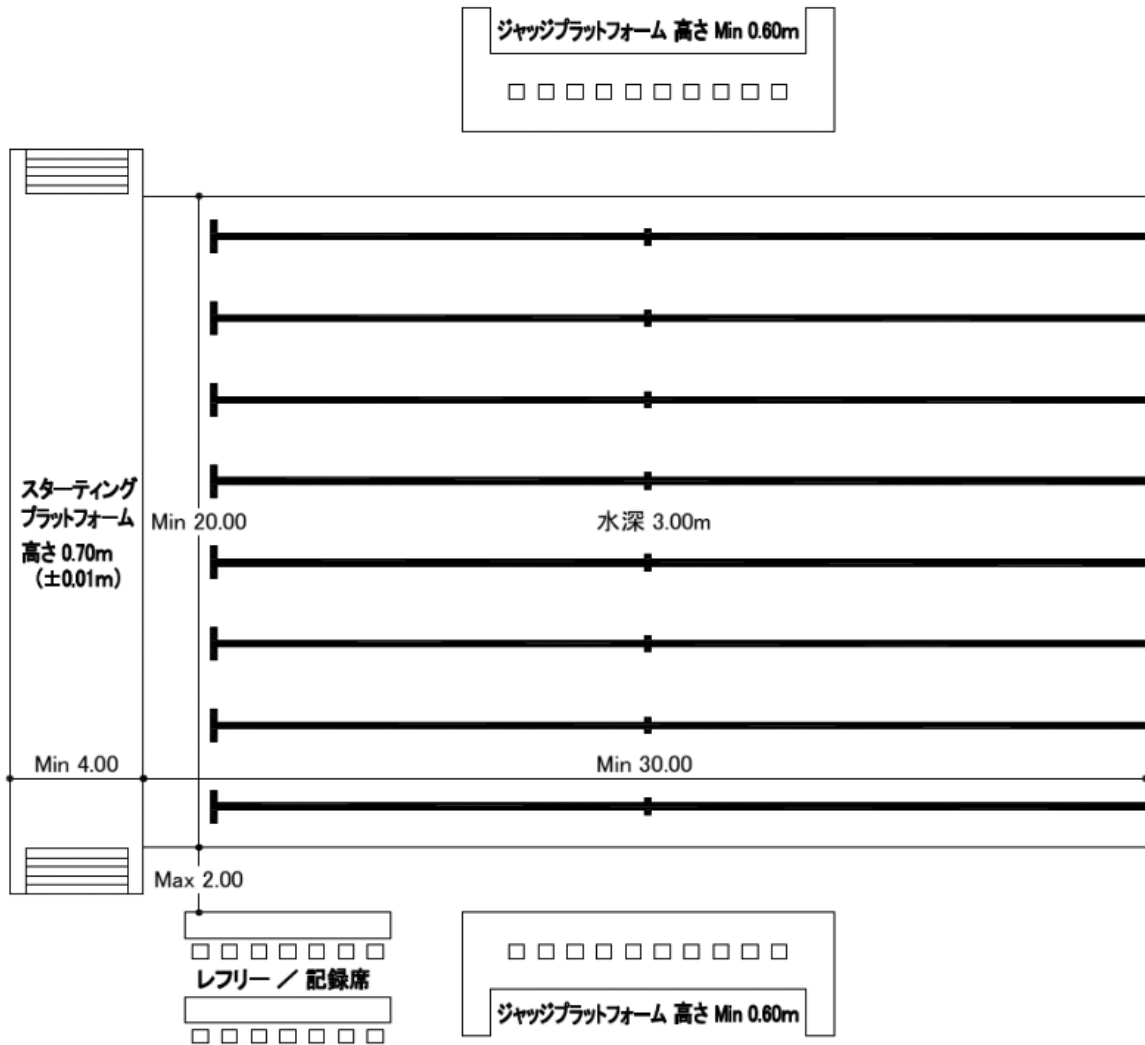
水面上1mの高さで1500ルクス以上でなければならない。

自然(屋外)および人工的な照明はジャッジプラットフォーム(台)およびスターティングプラットフォームのまぶしさを防ぐために制御できるようにしなければならない。

第120条 (スターティングプラットフォーム)

スターティングプラットフォームは、高0.70mで公差±1cmでなければならない。

プラットフォームの表面はすべりにくい素材で覆われ、速乾性の防水カーペットを推奨する。



配置図  
2025 (2025. 4. 1 施行)

## 公認プール施設要領 (抜粋)

### 第5章 アーティスティックスイミング競技会用プール 施設要領 (国内・国際共通)

#### 1 自動記録機器

最低限、以下の装置を準備する。

- ① 採点記録装置：ジャッジ数と同数 (フィギュア 6～28, ルーティン 10)
- ② テクニカルコントローラー用記録装置：コーチカード実施確認 3、シンクロエラー 3。
- ③ ジャッジの採点は、レフリーまたは任命された競技役員の承認後にスコアボードへ表示、またはコンピュータに送信される。
- ④ 競技結果記録およびバックアップシステムを有する競技記録装置 (コンピュータ)。AQUA 承認のプログラムおよびシステムのみが使用できる。
- ⑤ すべての記録情報、スタートリストおよび結果リストを印刷する印刷機器。
- ⑥ 競技結果 (AQUA Competition Regulations VII Artistic Swimming Rules 27.3.3) に基づくジャッジ査定システム。AQUA TSSC 承認のプログラムおよびシステムのみが使用できる。
- ⑦ 32 桁×10 行以上のスコアボード (または AQUA Competition Regulations VII Artistic Swimming Rules 27.3.6 に規定されたスコアボード) が付いたスコアボード制御機器。スコアボードはすべての記録情報と経過時間が表示できなければならない。
- ⑧ フィギュアセッションのジャッジに採点を表示する手段を提供し、自動表示装置を使用するときは、装置の故障に備えて、各ジャッジにフラッシュ板を準備する。

#### 2 タイミングシステム

ウォークオンと陸上動作の全体時間を計時する 2 つの独立したタイマーを備えた自動タイミングシステム。タイマー (計時員) はレフリーまたは指名された競技役員の近くでウォークオンと陸上動作を目視できる位置に配置する。

#### 3 カメラ監視システム

- ① 全てのセッションのビデオ記録
- ② テクニカルコントローラー用 AQUA 公認ビデオリプレイシステムカメラ 2～4 台を規定された位置に設置し、スローモーション再生がすぐ行えるシステム。リアルタイムおよび再生映像を確認できるモニターを 3～4 台、テクニカルコントローラー席に設置する。
- ③ 水中監視システム  
水中動作 (底を含む) を監視する水中カメラが必要。スローモーション再生がすぐ行え、モニターで確認できるものとする。
- ④ フィギュア監視システム  
カメラを各パネルに設置し、スローモーション再生がすぐ行え、モニターで確認できるものとする。

#### 4 音響装置と音の基準

最低限、以下のとおり適切な装置を用意する。

- ① 音楽再生装置
- ② 場内放送および式典用の高品質マイクとマイクスタンド
- ③ プールの競技エリアおよびスタートステージにハッキリと均一に聞こえる大きさ、数量および適切に配置される高品質スピーカー (サウンドレベルメータをサウンドレベルのモニターとし、平均 90 デシベル、または瞬間最高 100 デシベルを超えないものとする)
- ④ 水中スピーカー  
競技用プールに 4 台、練習用プールに 4 台用意する。
- ⑤ 場内放送システム  
観客席をカバーでき、反響および競技エリアに音のツレを最小限に抑えるシステムとする。
- ⑥ 音楽の正確な演奏時間を計測できる電子ランニングタイマー
- ⑦ 競技役員と音響デスク間の連絡システム
- ⑧ 水上と水中の両方で音楽と音量を監視するための連続モニター装置

5 電源と安全備品

- ① 1～4を安全に稼働させるための電源、配線、機器を保護するヒューズシステム
- ② 電気コードやスピーカーのコードを踏んだり、つまずいたりすることによって起こりうる怪我や機器の損傷を最小限に抑えるために必要な安全素材

6 ジャッジ台

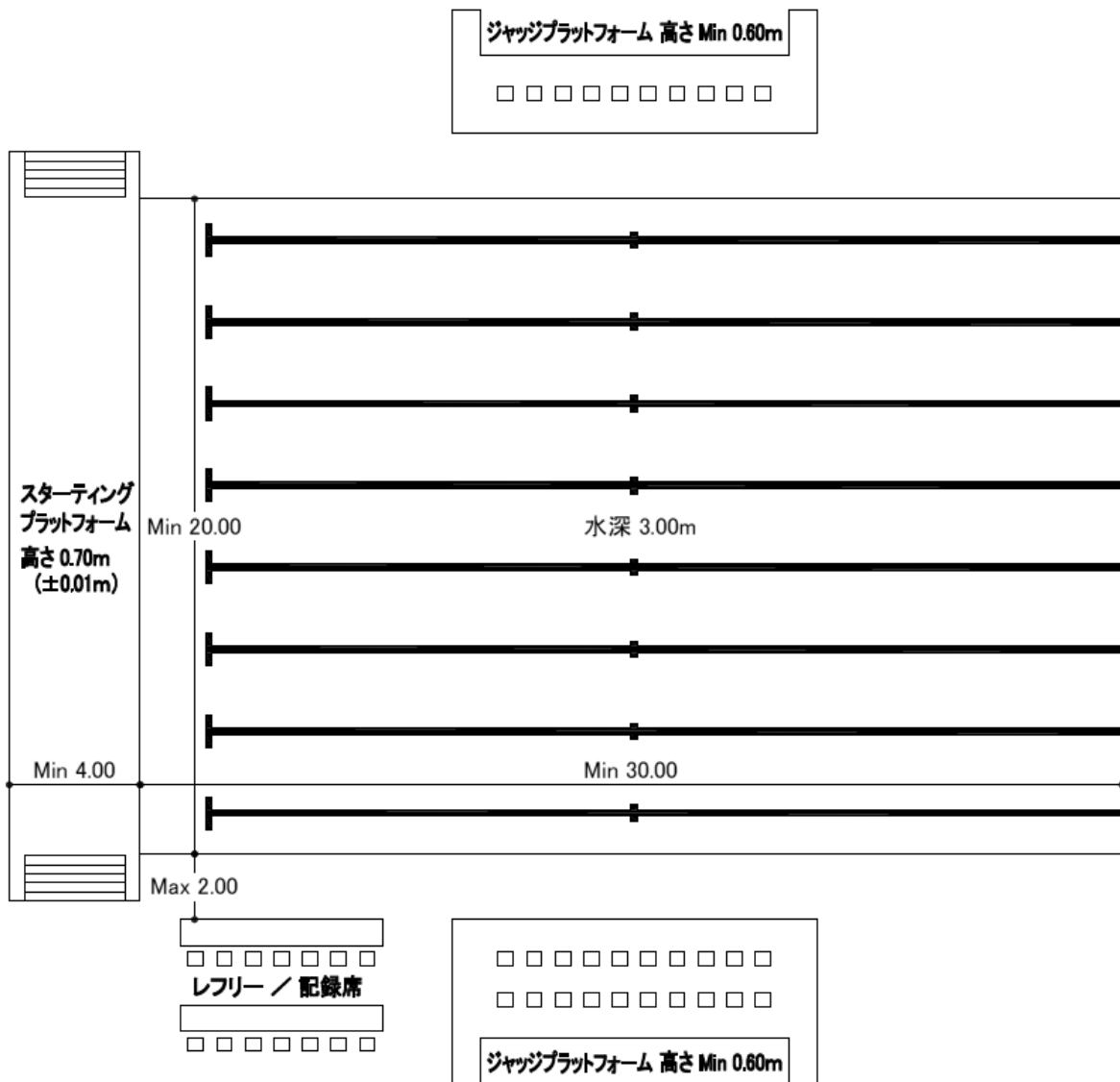
ジャッジ台はプール両側に配置し、机と椅子を備え、高さは最低0.6mとすること。ジャッジ台は、プールの端から2m以内とする。

7 練習用ウォームアッププール

練習用ウォームアッププールは、最低限25m×25m、または30m×20mとし、水深は3mでなければならない。4で規定された要件を満たす音響再生システムを利用できなければならない。

8 ドライランド

マットを備えたドライランドトレーニングストレッチエリアを選手のために用意しなければならない。



アーティスティックスイミング図

2025 (2025. 4. 1 施行)

なお、最新のプール公認規則・公認プール施設要領については、(公財)日本水泳連盟のホームページ (<http://www.swim.or.jp/>)を確認すること。

## 競技会の参加にあたって

### 1 競技者登録について

競技会に出場する競技者およびチームは、すべて(公財)日本水泳連盟(以下「本連盟」という)の競技者登録・団体登録を完了したものに限り、ただし、登録を抹消された者は、すべての公式競技会および公認競技会には出場できない。

### 2 競技会の申込締切日について

競技会要項により、競技会によっては加盟団体を通じて申し込みを行わなければならないことがある。その際の申込締切日は、加盟団体からの申込締切日であって各チームまたは個人の申込締切日ではないので、特に各都道府県内の予選会等終了後の申込手続きについては十分な注意を要する。

### 3 棄権者について

出場申込をした競技者またはチームが棄権する場合は、A S 競技については予選を含む全競技に対し、棄権料を所属加盟団体およびチームと連帯して支払う義務を負う。ただし、棄権の理由が競技会の期間内にアリーナ内でこうむった負傷による場合はこれを免除する。

【棄権料】A S 競技は、1名1種目3,000円

納金は、大会当日所定の場所へ納めなければならない。

ただし各大会において別に定めのあるものについては、この限りではない。

※棄権の届出はできるだけ速やかに申し出ること。やむなく棄権する場合は、大会規定による。

### 4 不行跡行為等の制裁について

故意に競技の進行を妨げたり、競技会の品位を著しく傷つける行為等に対しては、行為者および所属チームを含め制裁を科すことがある。

### 5 着用する水着について

競泳競技の公式・公認競技会において着用する水着は、本連盟の定めに従ったものでなければならない。また、水着あるいは身体へのテーピングは禁止とする。

### 6 商標の規制について

公式・公認競技会において、すべての競技者・監督・コーチおよび役員(以下「競技者等」という。)が競技場内で着用または携行する水着、衣類、持ち物等の商標(メーカーのロゴ・マーク、所属表示、スポンサー表示等)については、本連盟が別途定める規程に準拠する。

商標表示に関する規程は、世界水泳連盟の規程改訂等により変更される場合がある。

最新の規程は、本連盟ホームページに掲載しておりますので、確認すること。

### 7 監督者会議への出席について

監督・コーチは、競技規則・競技会要項を熟知するとともに、競技会前の監督者会議には必ず出席し、決定された指示や連絡事項を競技者に適切に伝達する。

### 8 災害保障について

競技会要項に記載してある競技会(国体を除く)の参加者の大会期間中における災害保障については、本連盟の負担において行う。保障の内容は、本連盟と保険会社との契約範囲内に限られる。〔国体については(公財)日本体育協会の各災害保障規定による〕

### 9 同意書の提出について

中学生以下の参加者については、保護者の同意書を必要とする。また、大会当日18歳未満の参加者は、ドーピングコントロール手続「18歳未満競技者親権者 同意書」を必要とする。

アーティスティックスイミング競技規則  
2026

第1刷 2026年4月1日発行

(公財)日本水泳連盟  
アーティスティックスイミング委員会

〒160-0013  
東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号  
JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 8階  
電話 03-6812-9061 (代)

公式ホームページ <https://aquatics.or.jp/>