

# アーティスティックスイミング 競技規則

(2025)



公益財団法人 日本水泳連盟

## 目 次

1. 総 則 .....	2
2. 競技会 .....	2
3. 年齢要件 .....	2
4. セッション .....	2
5. プログラム .....	3
6. エントリー .....	4
7. 予選および決勝 .....	5
8. フィギュアセッション .....	5
9. フィギュアパネル .....	6
10. フィギュアの審判 .....	6
11. フィギュアセッションにおけるペナルティ .....	6
12. フィギュア結果の算出 .....	7
13. ルーティンセッション .....	7
14. ルーティンの制限時間 .....	9
15. 音 楽 .....	10
16. ルーティンパネル .....	10
17. ルーティンの審判 .....	11
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 .....	12
19. ルーティン結果の算出 .....	23
20. 最終結果 .....	24
21. 競技役員とその任務 .....	24
22. レフリー .....	25
23. 他の競技役員 .....	26
24. 主催者の任務 .....	26
25. エイジグループ規則 .....	27
26. 水着と身に着けられるもの .....	29
27. アーティスティックスイミング施設と設備 .....	29
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 .....	33
29. 附 則 .....	33
30. 抗 議 (Part 1〔13〕) .....	210
31. その他 .....	210

# 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（Part1〔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合図で開始する。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（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。
- 18.2.6 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。

18.8.16 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。

**18.10.10** 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（ハイブリッドディ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。

- 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ない。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て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ーのみ許可される。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ー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 スタート台プラットフォーム

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

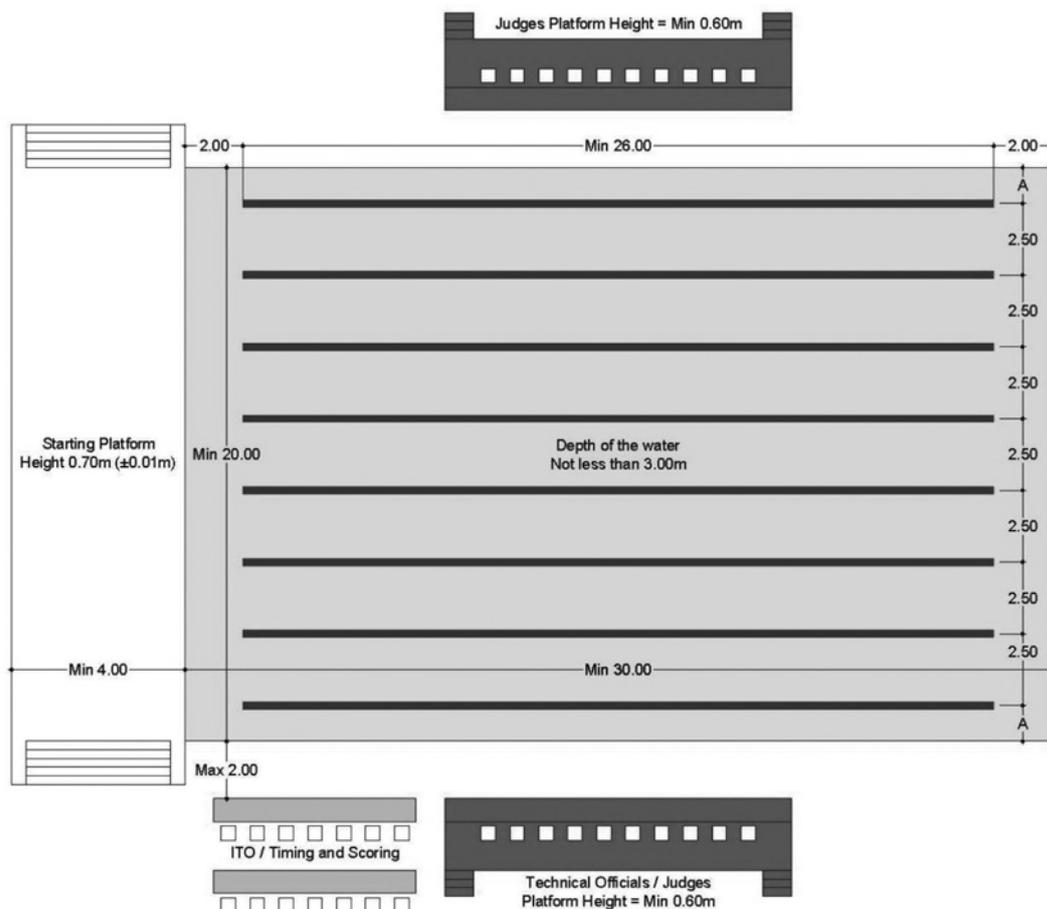
最低限以下のものを含む。

- 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）

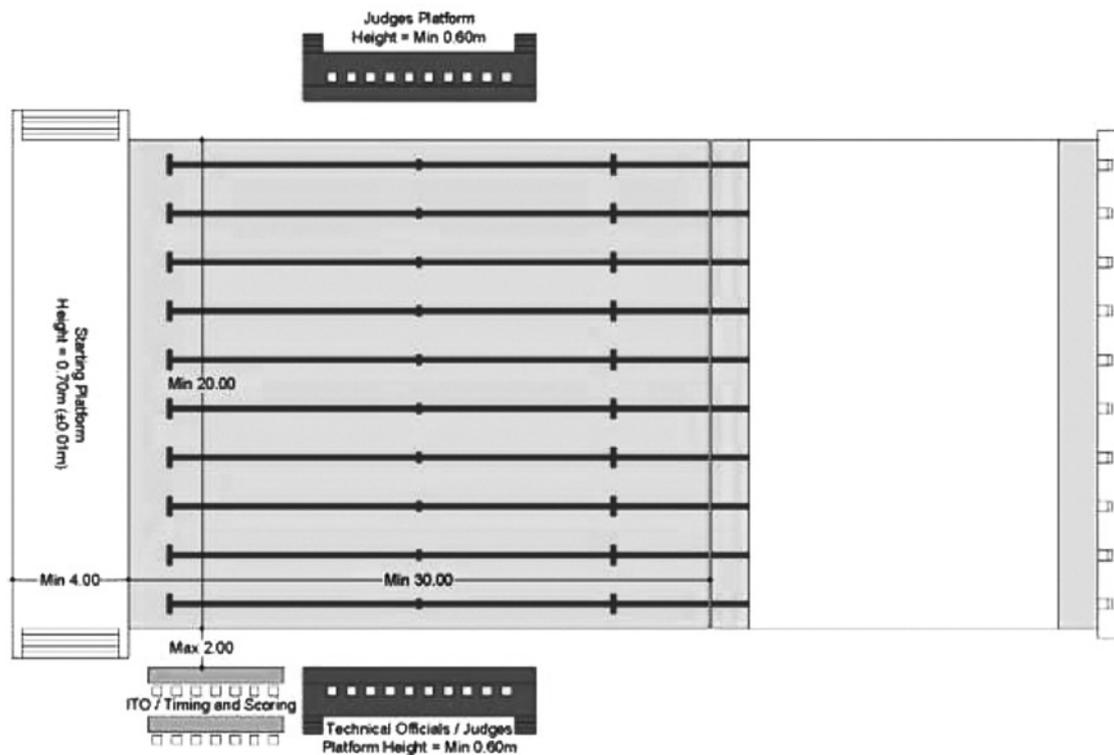
- 27.4.3.1 音響システムは、観客席全体の直接音レベルの偏差が±3dB Aを超えない範囲で、少なくとも110dB Aの観客席をカバーできるものとする。
- 27.4.3.2 STI PA (PA システムの音声伝達指数)は、0.5～1.0STI とする。
- 27.4.3.3 PA システムは、高音域の大気損失を補償するのに十分なヘッドルームを提供するものとする。
- 27.4.3.4 PA システムは、音の遅延の問題を避けるため、競技場への影響を最小限に抑える。
- 27.4.4 水上と水中の両方で音楽の音量レベルを監視するための音量 (デシベル)計。
- 27.4.5 機器を適切に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に、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

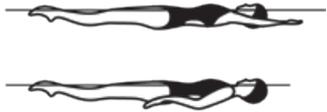
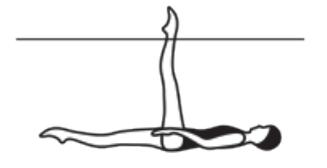
国内競技会には (公財) 日本水泳連盟の規則・規程が適用される。

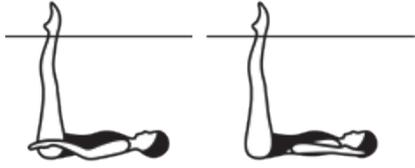
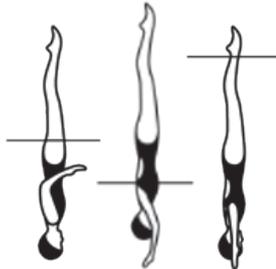
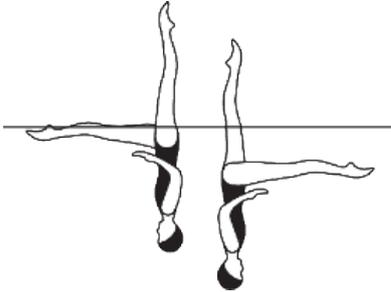
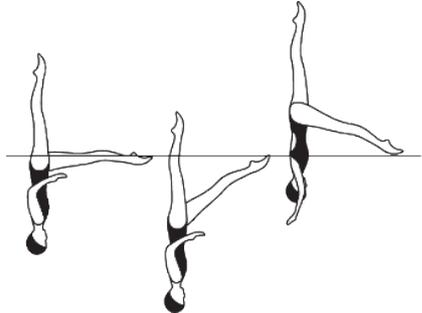
## 29.1 附則1 基本姿勢・基本動作・フィギュア

### 29.1.1 基本姿勢 (BP)

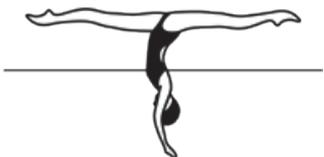
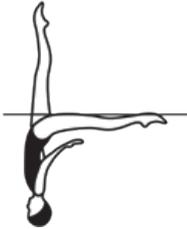
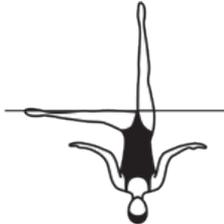
すべての基本姿勢において：

- 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。

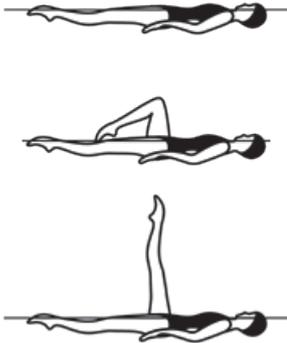
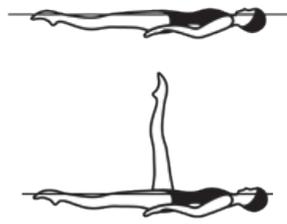
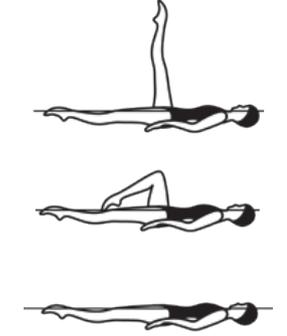
<p><b>1 上向き水平姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・顔、胸、腿、足先は水面で、身体を伸ばす。</li> <li>・頭(特に耳)、腰、足首を水平に並べる。</li> </ul>	
<p><b>2 下向き水平姿勢</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・頭、背の上部、臀部、かかとは水面で、身体を伸ばす。</li> <li>・特に指定がない限り、顔は水中、水上どちらでもよい。</li> </ul>	
<p><b>3 バレーレグ姿勢</b></p>	
<p>a) 水上</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>	

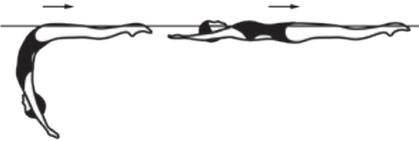
<p><b>5 バレーレグダブル姿勢</b></p>		
<p>a) 水上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・両脚を揃え、水面に垂直に伸ばす。</li> <li>・頭は胴体の線上。</li> <li>・顔は水面。</li> </ul>		
<p>b) 水中</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・胴体と頭は、水面に平行。</li> <li>・胴体と伸ばした両脚の角度は90°。</li> <li>・水位は、伸ばした両脚の膝と足首の間。</li> </ul>		
<p><b>6 垂直姿勢</b></p>		
<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> -この姿勢は現在 World Aquatics のどのフィギュアにも含まれていない。</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>・かかとと臀部に近づける。</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>	

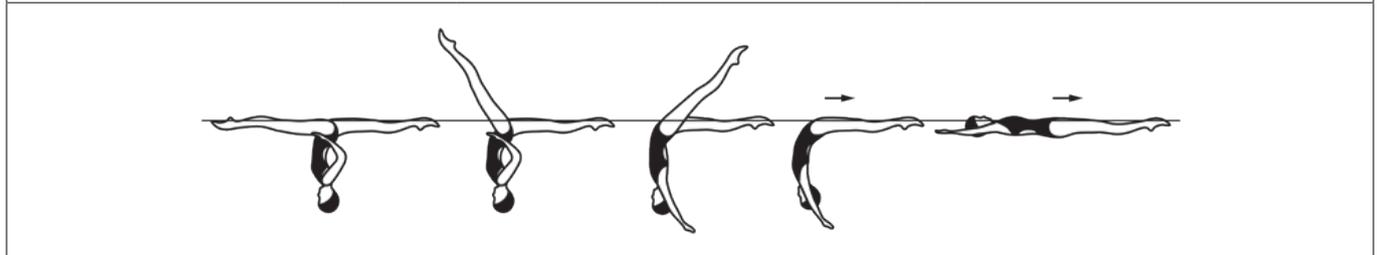
## 29.1.2 基本動作 (BM)

<p><b>1 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>	

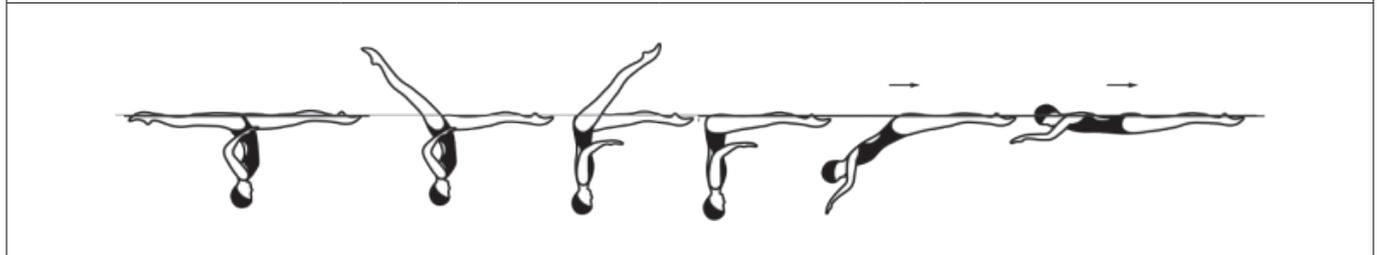
<p><b>5 アーチから上向き水平姿勢になる</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・サーフェスアーチ姿勢から、足先の方へ動いて上向き水平姿勢になる。</li> <li>・腰、胸、顔の順に浮き上がり、頭は、はじめ腰のあった位置に移動する。</li> </ul>	

<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、<b>スプリット姿勢</b>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>	

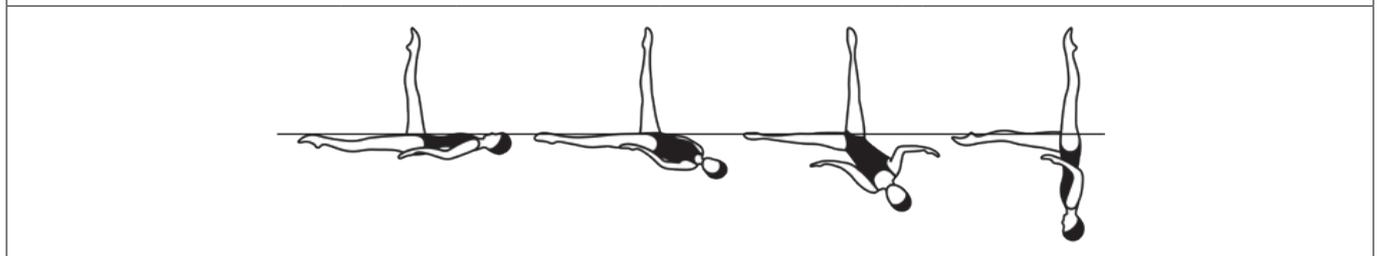
<p><b>a) ウォークアウトフロント</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・前脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いて他の脚に合わせ、<b>サーフェスアーチ姿勢</b>になる。</li> <li>・動作を続けながら、<b>アーチから上向き水平姿勢</b>で終了する。</li> </ul>	



<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、<b>フロントパイク姿勢</b>になる。</li> <li>・動作を続けながら、<b>下向き水平姿勢</b>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>	

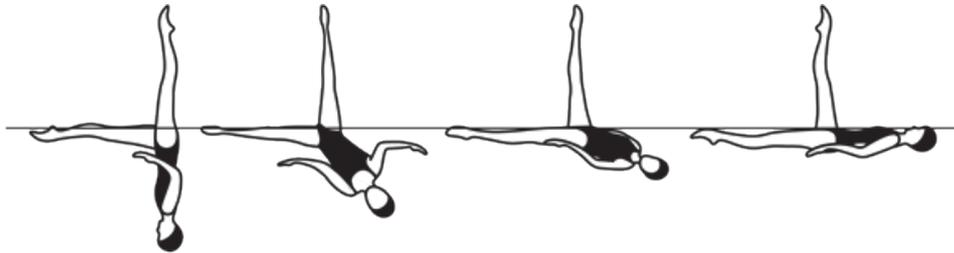


<p><b>7 カタリーナローテーション</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーレッグ姿勢から、身体の回転を始める。</li> <li>・頭、肩、胴体は、水面で回転を始め、横へ動くことなく下降し、<b>フィッシュテイル姿勢</b>になる。</li> <li>・回転中、垂直の脚は水面に対して90°を保ち、水平の脚の足先は水面に保つ。</li> <li>・特に指定がない限り、<b>カタリーナローテーション</b>はバレーレッグ姿勢から始める。</li> </ul>	



## 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。

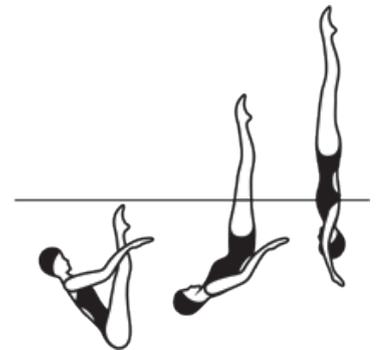


## 9 スラスト

- ・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。最高の高さが望ましい。

### 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。

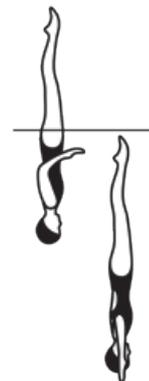


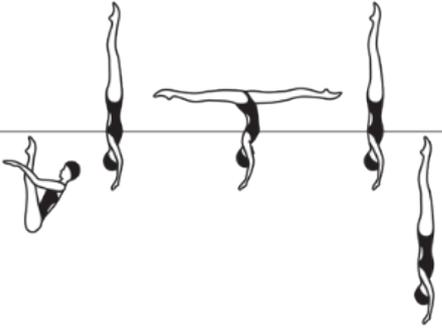
減点は以下のとおり：

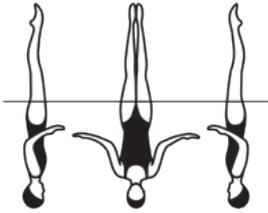
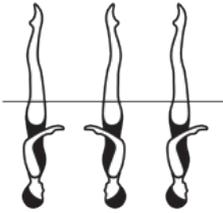
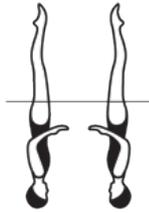
	角度の逸脱	減点
スモール逸脱	16 - 30°	0.2点
ミディアム逸脱	31 - 45°	0.5点
ラージ逸脱	46°以上	1.0点

## 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。

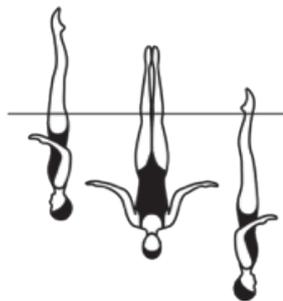


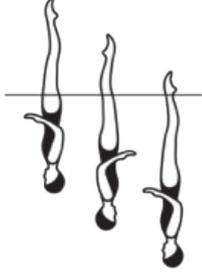
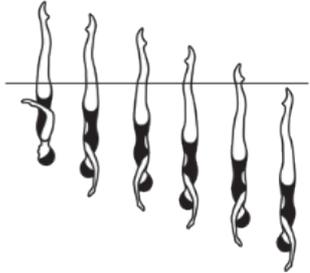
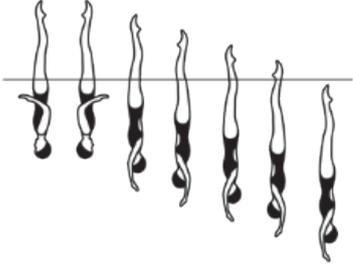
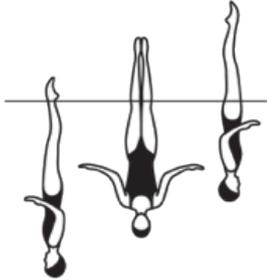
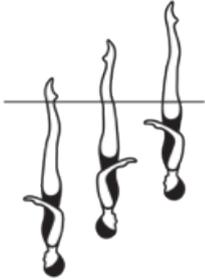
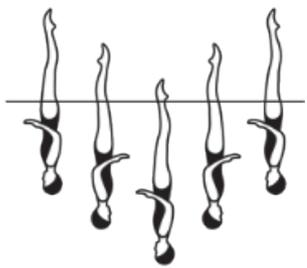
<b>11 ロケットスプリット</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・垂直姿勢までスラストを行う。</li> <li>・最高位を保ったまま、両脚を同時に素早く開脚しエアボーンスプリット姿勢になり、続けて両脚を閉じて垂直姿勢になり、続けて垂直沈み込みを行う。</li> <li>・垂直沈み込みはスラストと同じテンポで行う。</li> </ul>	

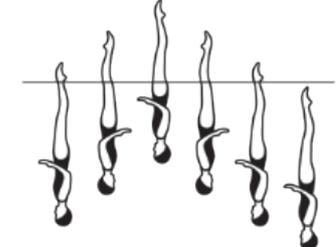
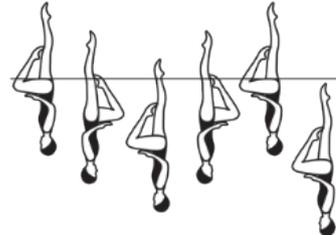
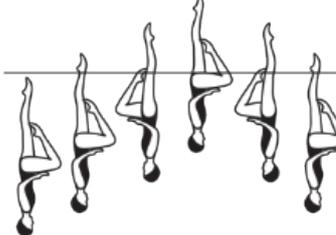
<b>12 ツイスト</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツイストは、同じ高さを保ったまま回転する。</li> <li>・身体は縦軸上で回転する。</li> <li>・垂直姿勢で行った場合、特に指定がない限り、ツイストは垂直沈み込みで終了する。</li> </ul>		
<p>a) 半回ツイスト： 180°のツイスト</p>	<p>b) 1回ツイスト： 360°のツイスト</p>	<p>c) トワール： 180°の素早いツイスト</p>
		

**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>d) 180°スピン：180°回転の下降スピン</p>	

<p>e) 360° スピン : 360° 回転の下降スピン</p>	
<p>f) コンティニューアススピン :</p> <p>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>g) ツイストスピン :</p> <p>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>h) スピンアップ180° : 180° 回転の上昇スピン</p>	
<p>i) スピンアップ360° : 360° 回転の上昇スピン</p>	
<p>j) コンバインドスピン :</p> <p>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>	

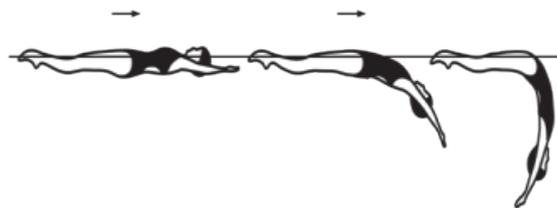
<p>k) リバースコンバインドスピン： 360°以上の<b>上昇スピン</b>を行い、間をあげずに、同じ方向に同等の<b>下降スピン</b>を行う。</p>	
<p>l) ベントニーコンバインドスピン： ベントニー<b>垂直姿勢</b>で360°以上の<b>下降スピン</b>を行い、間をあげずに、ベントニー<b>垂直姿勢</b>のまま、同じ方向に同等の<b>上昇スピン</b>を行う。 上昇スピンは下降スピンの開始と同じ高さまで上がる。</p>	
<p>m) リバースベントニーコンバインドスピン： ベントニー<b>垂直姿勢</b>で360°以上の<b>上昇スピン</b>を行い、間をあげずに、ベ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

### スピンの許容範囲

コンティニュー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。

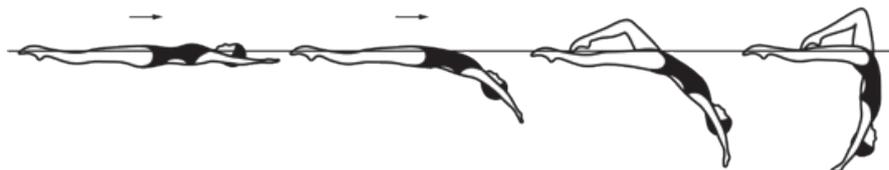
### 14 サーフェスアーチ姿勢になる

- ・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。



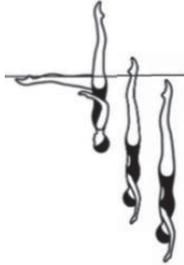
### 15 ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる

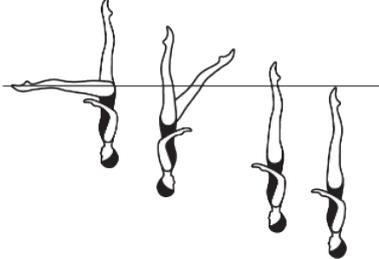
- ・上向き水平姿勢から、頭を先頭に、頭、腰、足先が水面に沿って移動する。移動しながら頭が水面から離れ、背を反らせ、ベントニーサーフェスアーチ姿勢になる。
- ・腰は、はじめ頭のあった位置まで移動する。

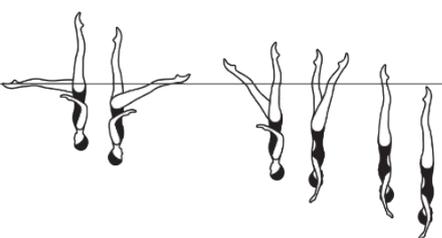


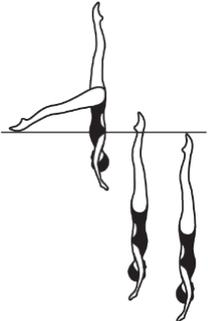
<p>16 アリアーナローテーション</p>	
<p>・スプリット姿勢から、両脚の位置を水面に保ったまま、腰を180°回転する。</p>	

<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

##### 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。

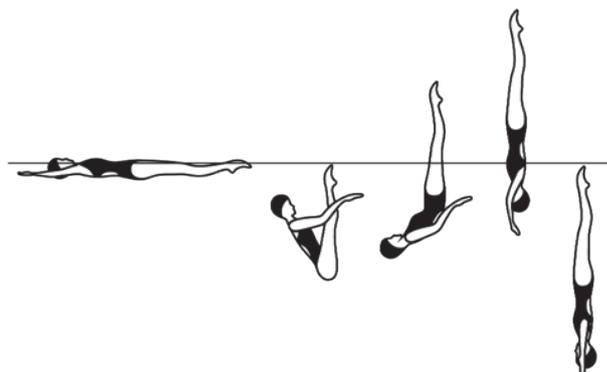


					Total
NVT=		18.5	11.0	10.5	40
PV =		4.63	2.75	2.63	10

##### 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

#### 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。

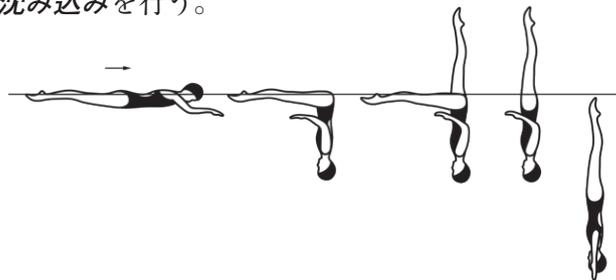


					Total
NVT=	6.0	20.0	17.0	23.0	73
PV =	0.82	2.74	2.33	3.15	10

#### 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。



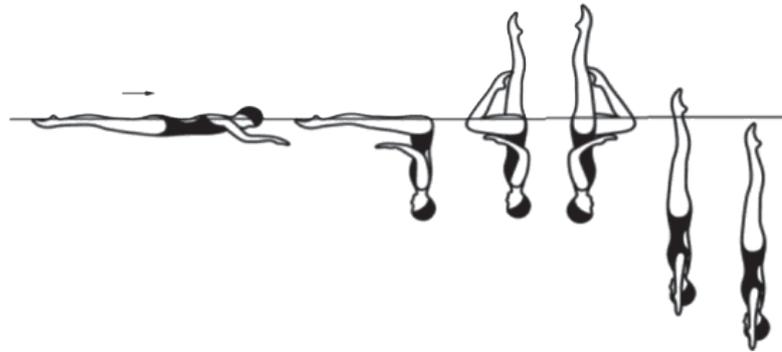
					Total
NVT=	6.0	14.5	20.5	14.0	55
PV =	1.09	2.64	3.73	2.55	10

29.1.3.2.2 グループ 2

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。

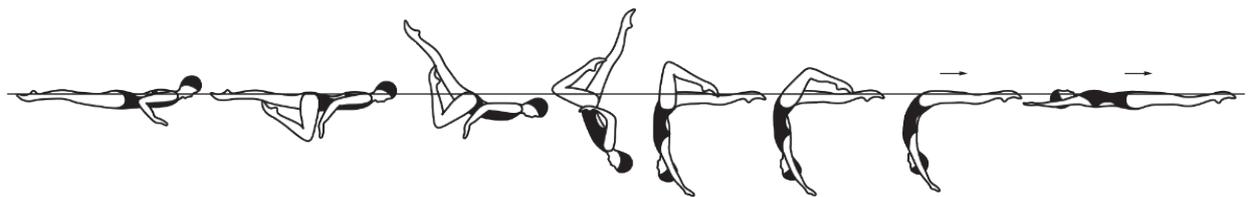


						Total
NVT=	6.0	15.0	15.0	13.0	0	49
PV =	1.22	3.06	3.06	2.65	0	10

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。



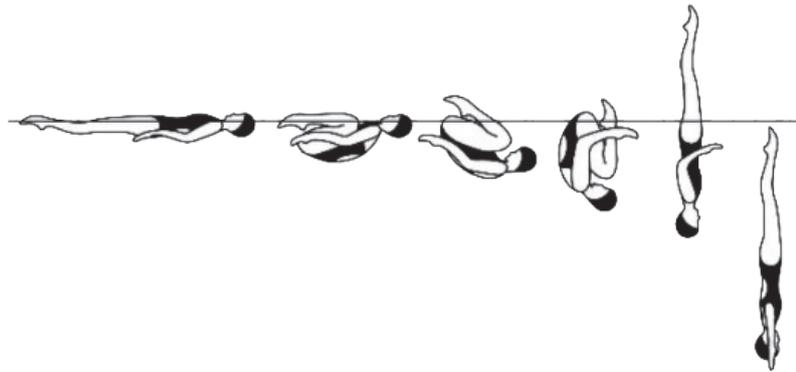
					Total
NVT=	4.0	47.0	11.5	7.0	69.5
PV =	0.58	6.76	1.65	1.01	10

29.1.3.2.3 グループ 3

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中に垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。

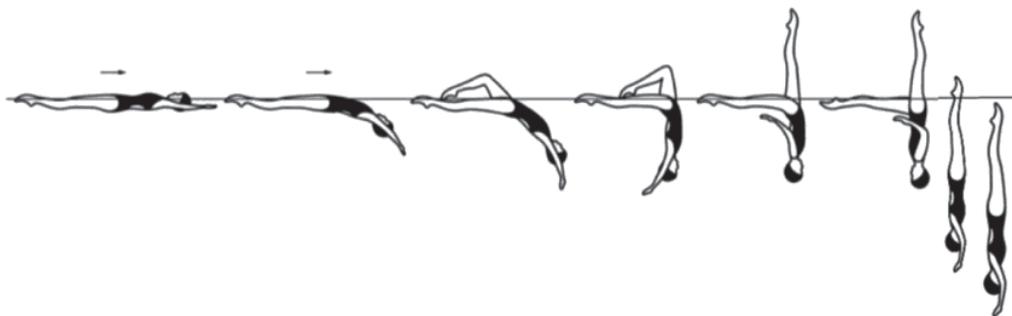


					Total
NVT=	3.0	2.0	23.0	14.0	42
PV =	0.71	0.48	5.48	3.33	10

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

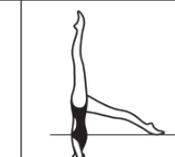
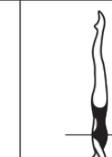
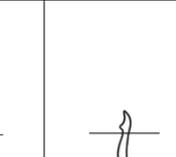
#### 29.1.4.1 セクションA

##### 29.1.4.1.1 グループ1

##### 307e フライングフィッシュ スピン360°

DD-2.9

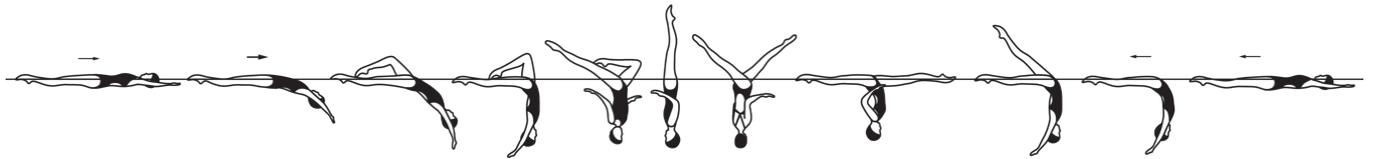
上向き水平姿勢から、身体を沈めると同時に、両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。垂直姿勢までスラストを行い、高さを保ったまま、片脚を素早くおろしてフィッシュテイル姿勢になる。間をあげずに、水平の脚を素早く持ち上げ垂直姿勢になる。スラストと同じテンポでスピン360°を行う。

							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

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。



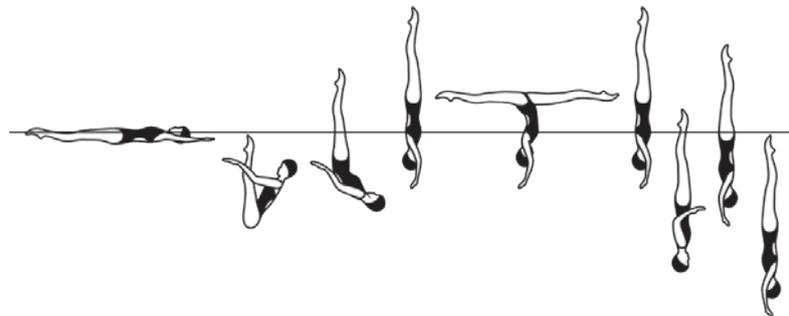
						Total
NVT=	17.5	29.0	20.0	23.0	7.0	96.5
PV =	1.81	3.01	2.07	2.38	0.73	10

29.1.4.1.2 グループ2

308 バラクダエアボーンスプリット スピニアップ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。スピニアップ180°を行い、垂直沈み込みを行う。

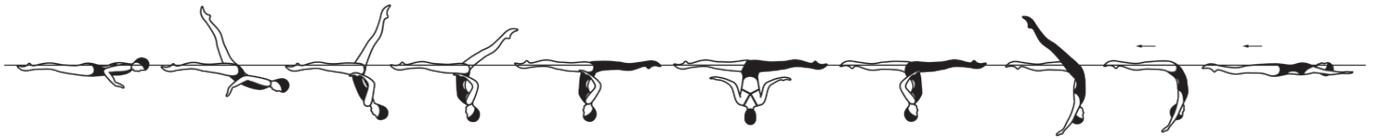


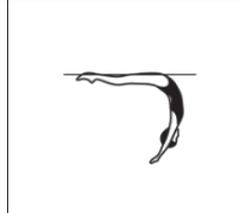
								Total
NVT=	7.0	31.0	17.0	13.0	13.0	20.0	13.0	114
PV =	0.61	2.72	1.49	1.14	1.14	1.75	1.14	10

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	
PV =	5.05	1.79	2.42	0.74	10

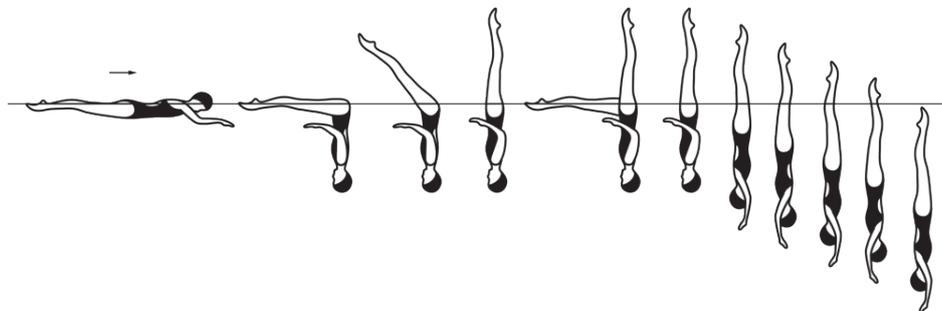
29.1.4.2 セクションB

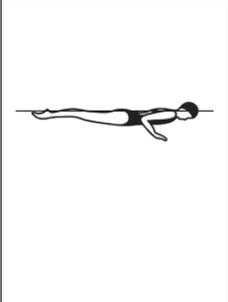
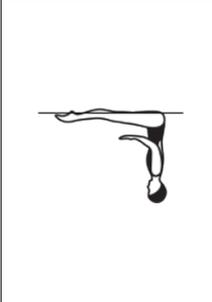
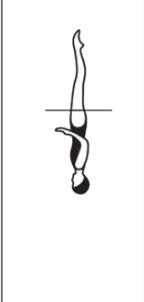
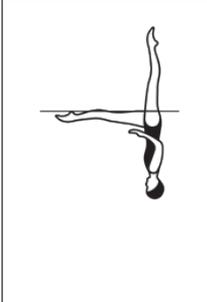
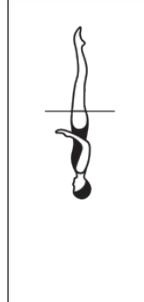
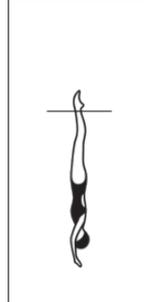
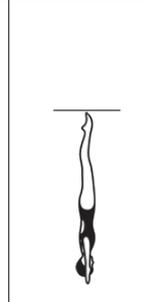
29.1.4.2.1 グループ3

356f ホイップコンティニュアス 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アススピン720°(2回転)を行う。

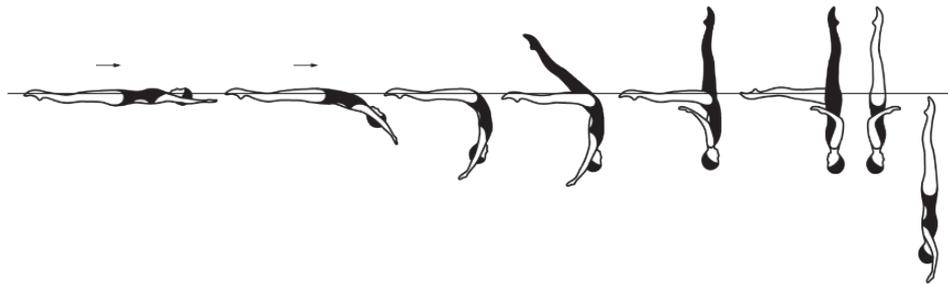


							Total
NVT=	6.0	33.0	22.5	20.5	34.0	0	
PV =	0.52	2.84	1.94	1.77	2.93	0	10

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。



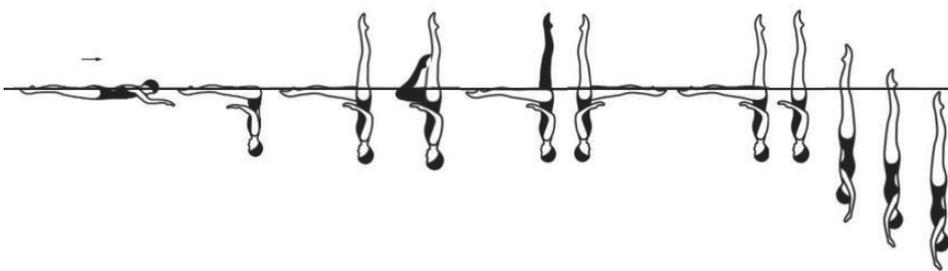
						Total
NVT=	12.0	23.5	14.0	23.5	14.0	87
PV =	1.38	2.70	1.61	2.70	1.61	10

29.1.4.2.1 グループ4

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。

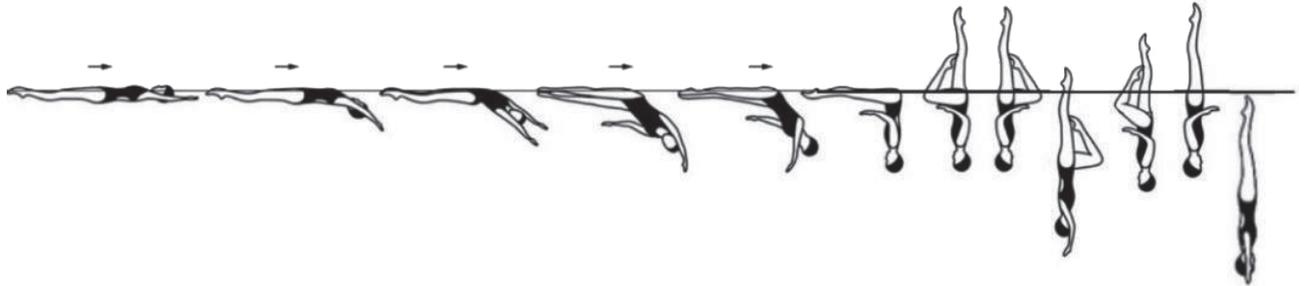


										Total
NVT=	6.0	12.5	12.5	18.5	24.0	20.5	23.0	0	0	117
PV =	0.51	1.07	1.07	1.58	2.05	1.75	1.97	0	0	10

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

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

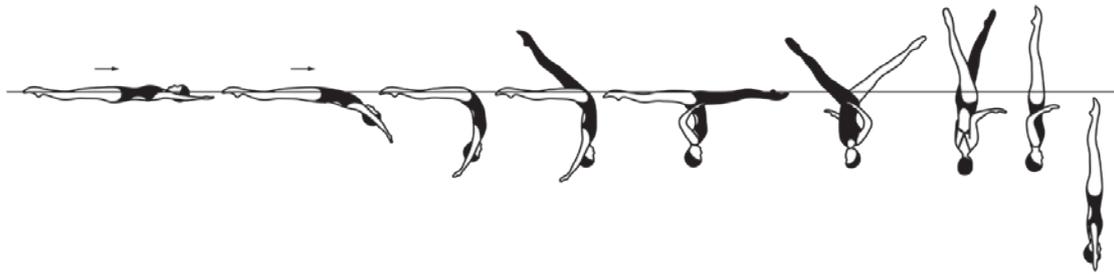
バレレッグを上げる。水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。バレレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚を動かし腰を持ち上げ、ベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、垂直姿勢になる。素早いコンバインドスピン (360°+360°)を行い、続けて素早い垂直沈み込みを行う。

								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

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。



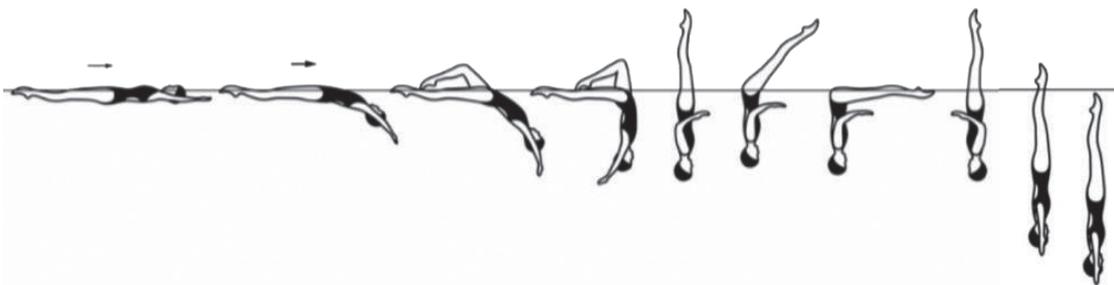
					Total
NVT=	12.0	29.0	27.0	14.0	82
PV =	1.46	3.54	3.29	1.71	10

29.1.4.3.2 グループ 6

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

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 - [7-14] 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。

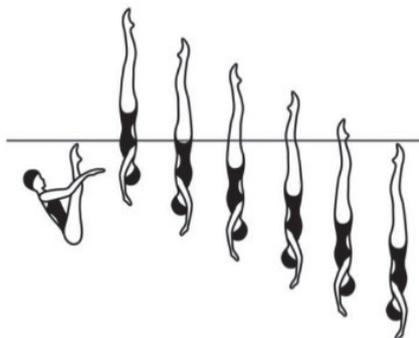
### 29.2.2 ソロリクワイヤドエレメント

#### 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。

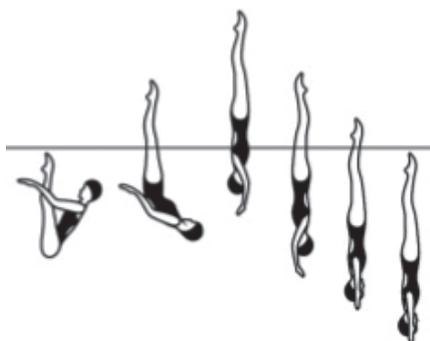


			Total
NVT=	31.0	67.0	
PV =	3.16	6.84	10

#### 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。



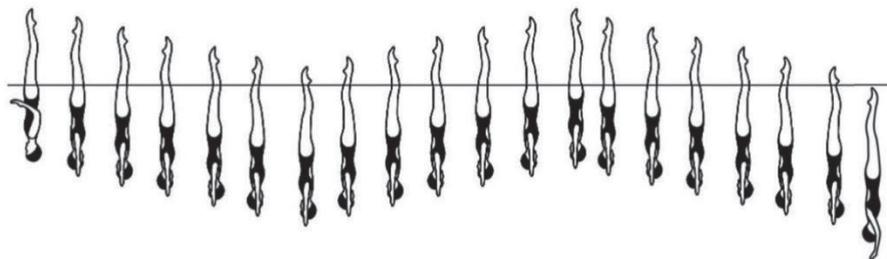
				Total
NVT=	31.0	39.0	0	
PV =	4.43	5.57	0	10

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。

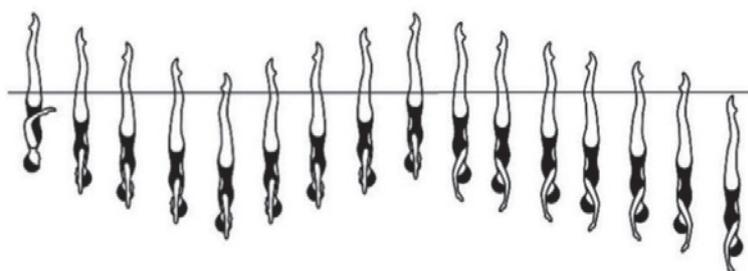


				Total
NVT=	69.0	49.0	118	
PV =	5.85	4.15	10	

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。



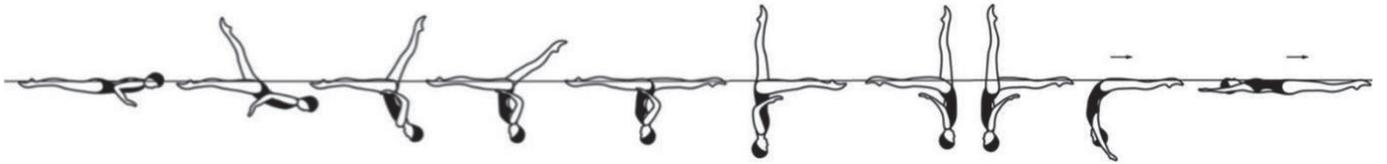
				Total
NVT=	50.0	49.0	99	
PV =	5.05	4.95	10	

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。



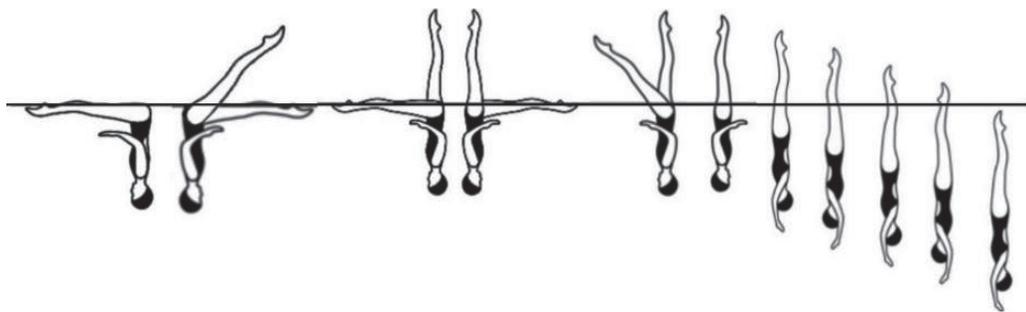
							Total
NVT=	43.0	16.5	21.0	24.0	18.5	7.0	130
PV =	3.31	1.27	1.62	1.85	1.42	0.54	10

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。

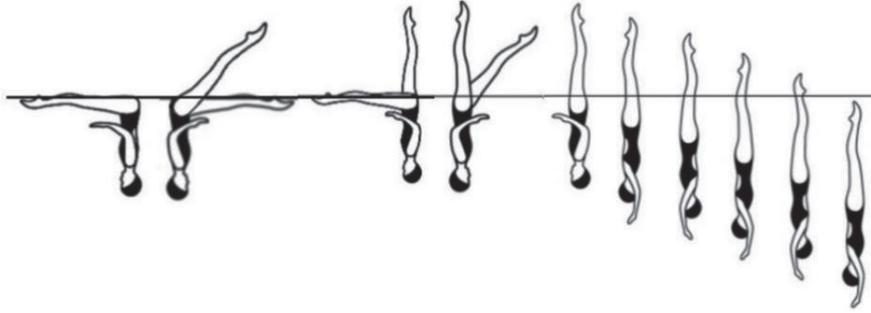


						Total
NVT=	32.0	17.0	26.5	34.0		109.5
PV =	2.92	1.55	2.42	3.11		10

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。



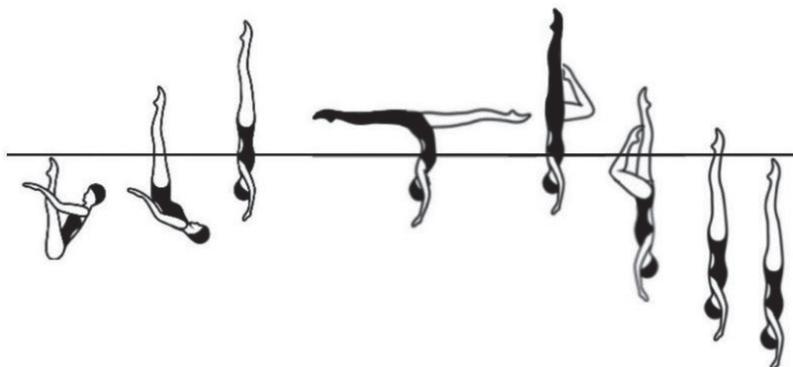
				Total
NVT=	32.0	26.5	34.0	92.5
PV =	3.46	2.86	3.68	10

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。

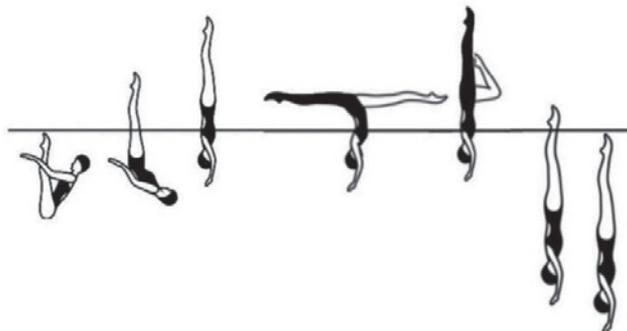


						Total
NVT=	31.0	17.0	13.0	24.0	0	85.0
PV =	3.65	2.00	1.53	2.82	0	10

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。

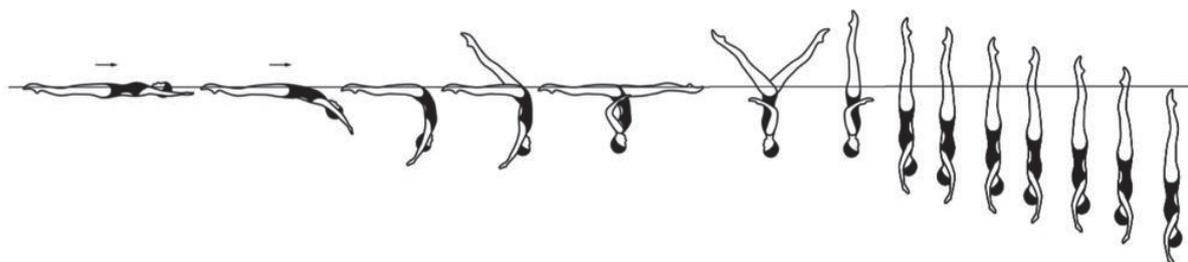
29.2.3 デュエットリクワイヤド エレメント

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。

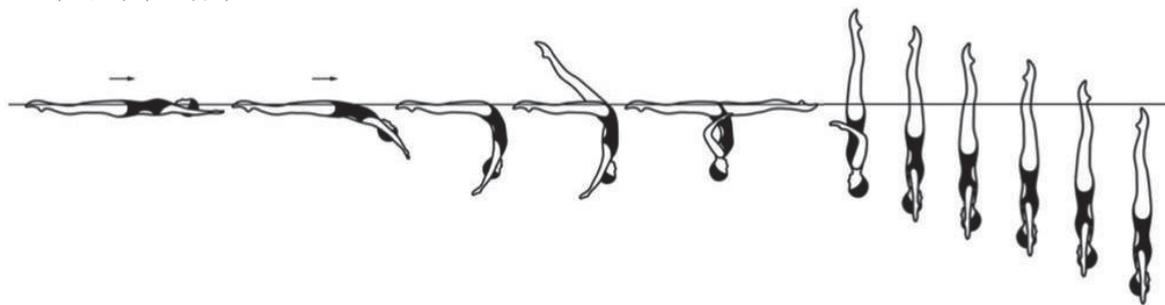


					Total
NVT=	12.0	29.0	27.0	49.0	
PV =	1.03	2.48	2.31	4.19	10

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。



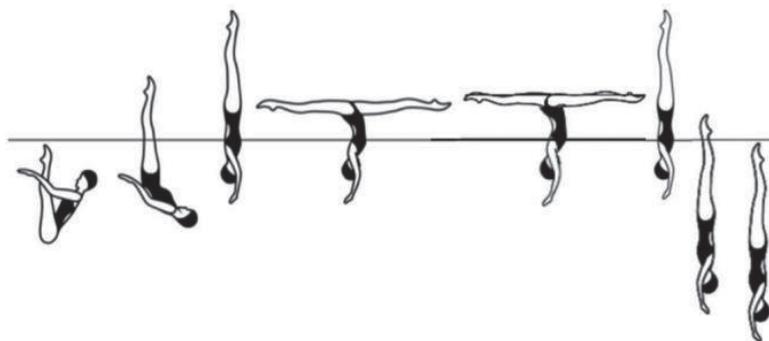
					Total
NVT=	12.0	29.0	17.0	34.0	
PV =	1.03	3.15	1.85	3.70	10

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。

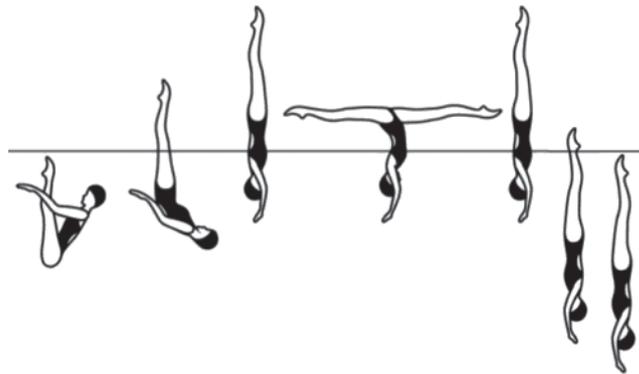


							Total
NVT=	31.0	17.0	22.0	13.0	24.0	0	
PV =	2.90	1.59	2.06	1.21	2.24	0	10

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

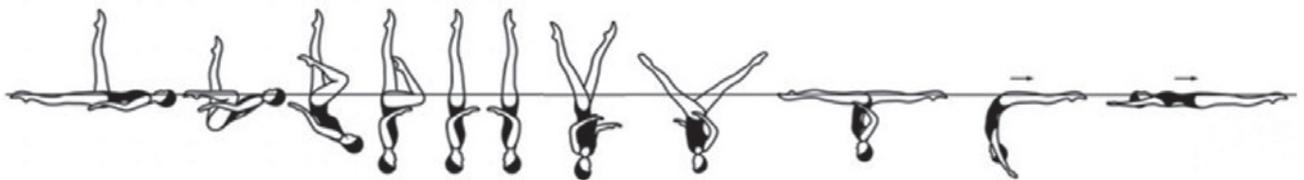
エレメント3

3A-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

DD-3.1

→360°オープンでスプリットに→ウォークアウト

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。



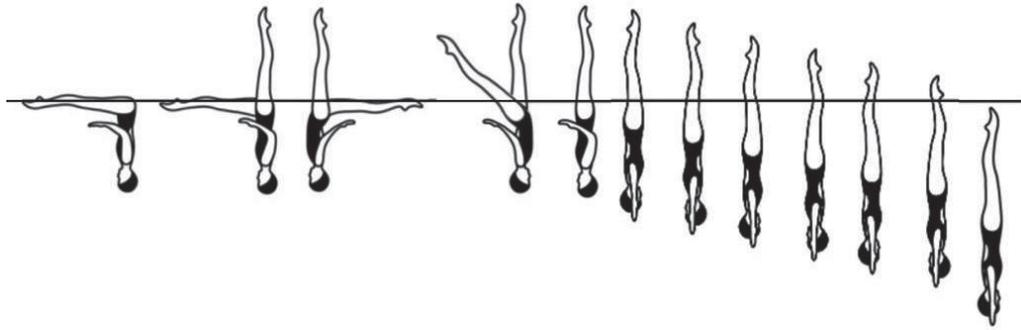
								Total
NVT=	7.5	20.0	16.5	21.0	26.0	23.0	7.0	121
PV =	0.62	1.65	1.36	1.74	2.15	1.90	0.58	10

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。

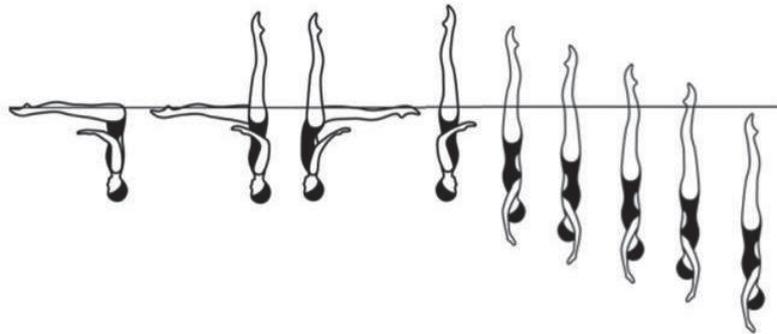


					Total
NVT=	14.5	26.0	36.0	49.0	125.5
PV =	1.16	2.07	2.87	3.90	10

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。



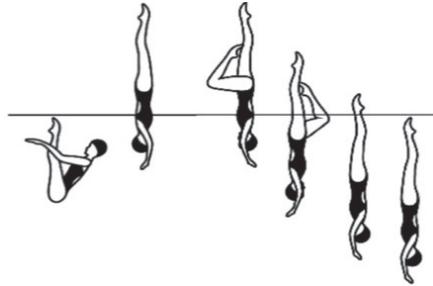
					Total
NVT=	14.5	26.0	28.5	34.0	103
PV =	1.41	2.52	2.77	3.30	10

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。

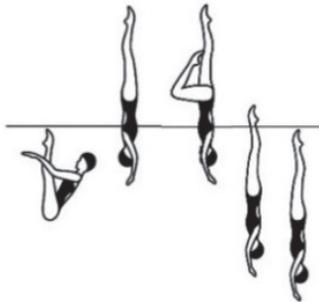


					Total
NVT=	31.0	26.0	24.0	0	81
PV =	3.83	3.21	2.96	0	10

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。

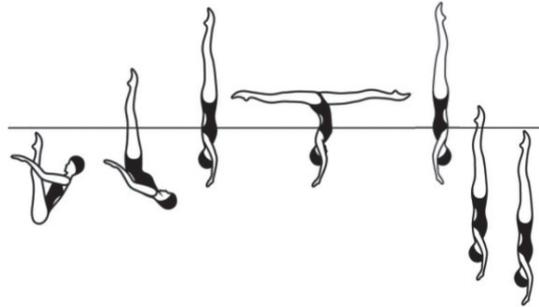
## 29.2.4 ミックスデュエット リクワイヤドエレメント

### 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。

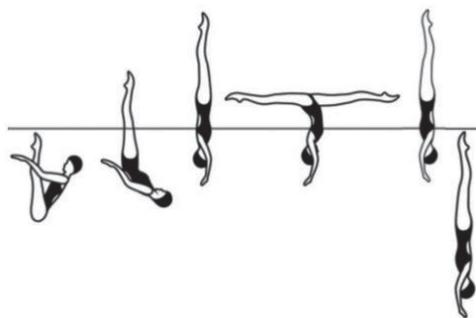


						Total
NVT=	31.0	17.0	30.0	24.0	0	102
PV =	3.04	1.67	2.94	2.35	0	10

#### 1B-ロケットスプリット トワール

DD-2.5

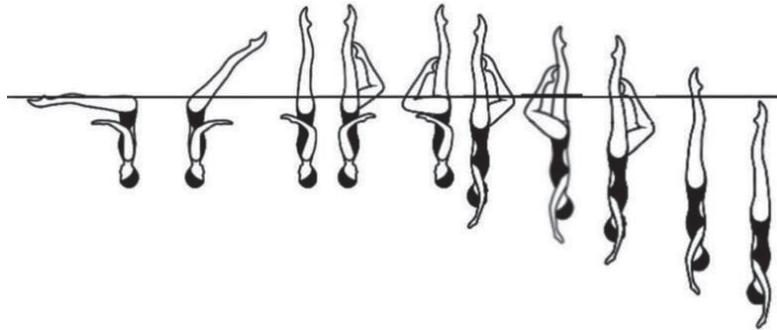
両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢になるまでスラストを行う。最高位を保ったまま、両脚を素早く開いてエアボーンスプリット姿勢になる。両脚を均等に閉じながらトワールを行い、垂直姿勢になる。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。



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

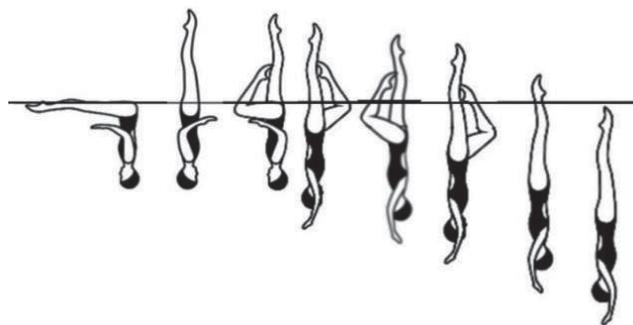
エレメント2

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。



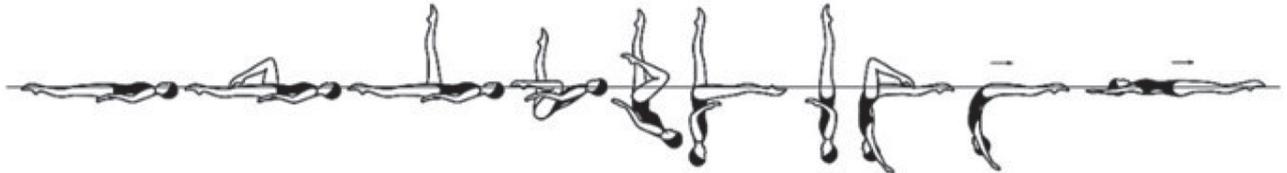
					Total
NVT=	33.0	17.5	24.0	0	74.5
PV =	4.43	2.35	3.22	0	10

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。



									<b>Total</b>
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”)

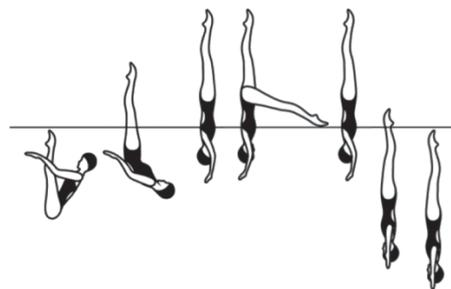
29.2.5 チームリクワイヤードエレメント

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°スピンをを行う。

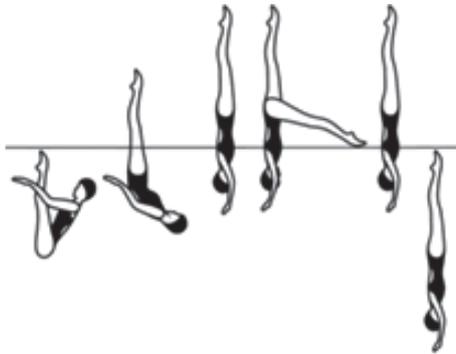


						<b>Total</b>
NVT=	31.0	18.5	14.0	24.0	0	87.5
PV =	3.54	2.11	1.60	2.74	0	10

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。



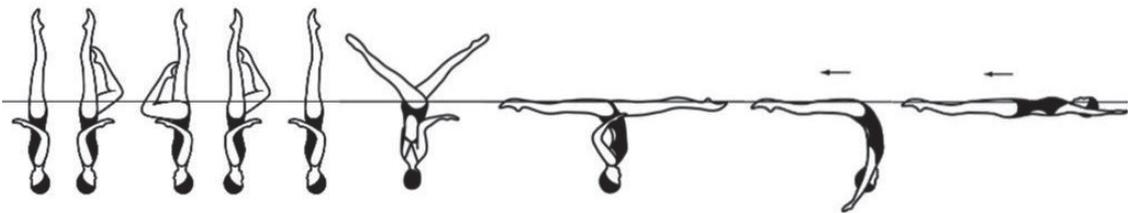
					Total
NVT=	31.0	18.5	14.0	13.0	
PV =	4.05	2.42	1.83	1.70	10

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。



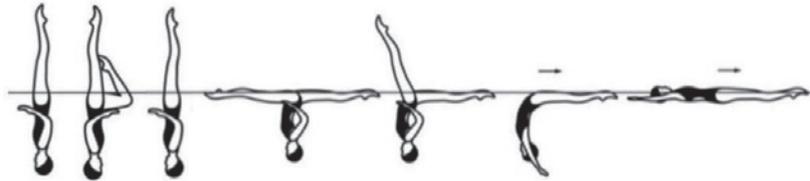
						Total
NVT=	24.5	22.0	20.0	23.0	7.0	
PV =	2.54	2.28	2.07	2.38	0.73	10

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

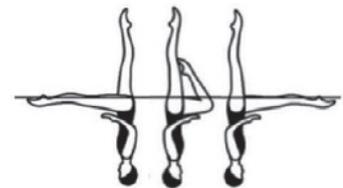
垂直姿勢から開始し、片脚を下ろしながら半回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。同じ方向に、曲げた膝を伸ばして垂直姿勢になりながら、さらに同じ方向に半回ツイストを行う。両脚を均等に下ろし、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。



						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。

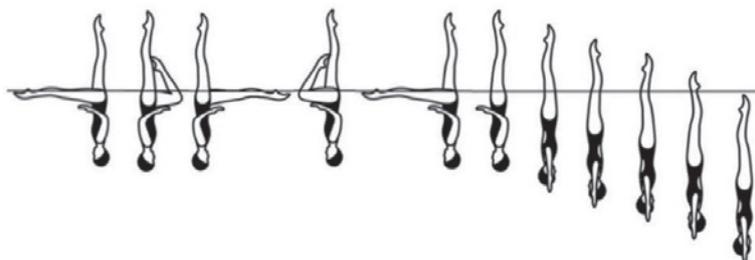


エレメント3

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。

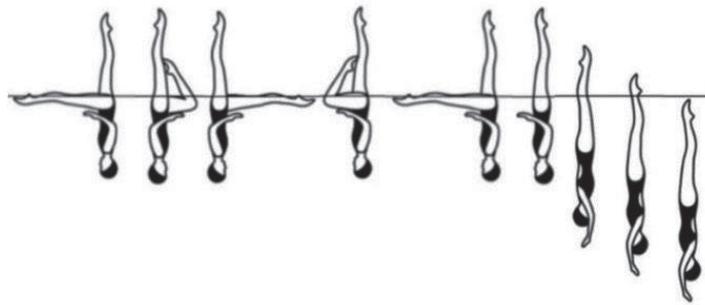


					Total
NVT=	19.0	19.0	20.5	34.0	92.5
PV =	2.05	2.05	2.22	3.68	10

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。



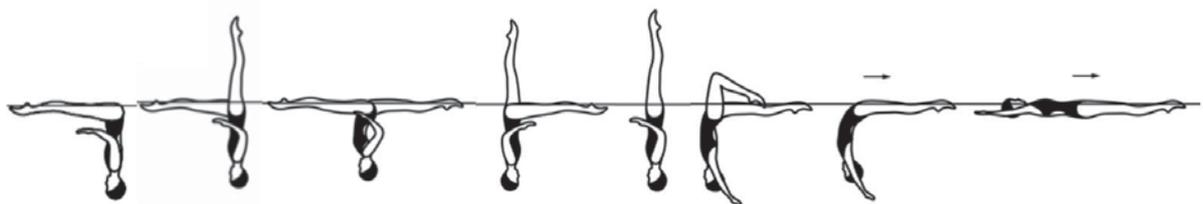
					Total
NVT=	19.0	19.0	20.5	19.0	77.5
PV =	2.45	2.45	2.65	2.45	10

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。フロントパ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。



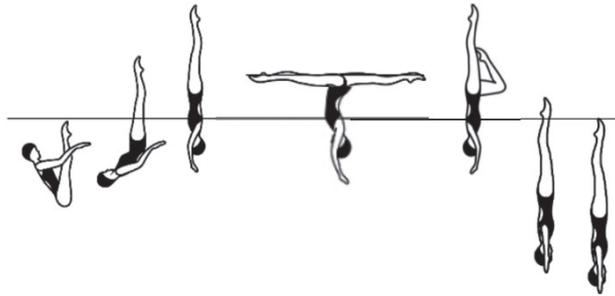
							Total	
NVT=	14.5	20.0	16.5	23.5	21.0	11.5	7.0	114
PV =	1.27	1.75	1.45	2.06	1.84	1.01	0.61	10

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。

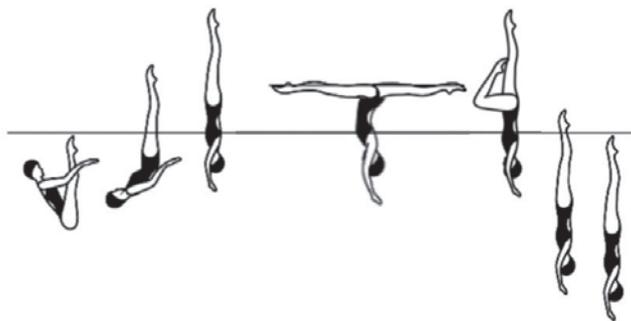


						Total
NVT=	31.0	17.0	25.0	9.0	0	82
PV =	3.78	2.07	3.05	1.10	0	10

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 —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および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

\*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—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—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—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

\*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。
- 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5.1)

### はじめに

- 1) World Aquatics の文書は、他のいかなる文書やビデオ例 (AQUA やその他) 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、(意図的な) 動きのパワー、演技する競技者の数、またはハイブリッドの移動進行 (「トラベリング」) により、TC の位置の近くまたは遠くで、および/または移動する水の中で行われることがある。そのような場合、TC は水面または水上に見え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ク (技) に関して：
  - ・競技会において、指定された角度や高さへの準拠を分析ソフトウェアによって正確に計測できるテクノロジーがある場合、要求された角度や高さへの明確な不遵守はベースマークとなる。
  - ・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 - 要求された角度や高さへの不遵守は、ビデオレビューにおいて非常に明白かつ明確でなければならない (疑いの余地がないほど、角度や高さがずれている)。あまりにもずれが少なく、判定に疑義がある場合は、裁定は競技者に有利になる。

### 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：
  - ・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。
  - ・バレーレグからの開始 (エントリー) - バレーレ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なローテーション、蹴り上げてから頭を下にしたタック (逆さタック) など)。
  - ・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)。
  - ・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。
  - ・スピン/ツイスト/トワール：1/2 回転 (180°) を 1 動作と数える。

- ・「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。
- ・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）。
- ・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。
- ・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 MOVEMENTS (動作) と申告され、レベル別に以下の「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。

#### 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

### スラスト (T)

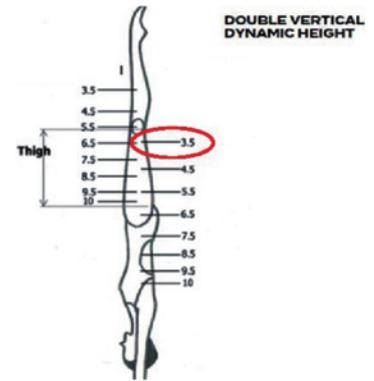
スラスト (T) ファミリーには、AS ルールブック基本動作 BM で定義されているスラストのバリエーションが含まれる：

「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\*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。

• 「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記載されている。

• 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。

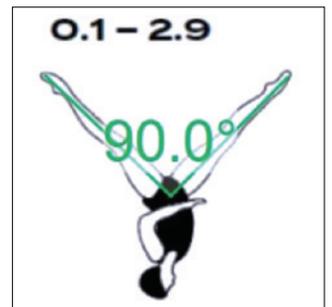


• クラッシュを伴うスラストの終了と沈みを伴うスラストの終了は明確に区別され、デフィカルティ表にレベルや値が定義されている。

#### スラストと垂直沈みの場合

• 最大の高さから膝下 (膝頭が水没) まで降下した後にクラッシュした場合でも、沈み実施として適用される。

• フレキシビリティを伴うスラストは、エアボンスプリット姿勢や垂直からナイト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、BP 基本姿勢に記載されているように、腰の下でボディアライメントを示し、AS マニュアルにあるように、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)。



• 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始めることができる - すなわち両脚が VP コーンの外にあってもよい。

• スラストに続くトワール = 持続した高さでの回転の場合、高さは回転の間中一定のままである。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 (つまり、ジャッジによる評価) となる。

• 異なるレベルの動作を示すスラストが行われる場合、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、T9を申告する。

- キャッチを伴うスラストレベル9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、例えば以下のようにルールに従って申告する: T9の後に A6、S3など。
- 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:  
回転全体が徐々にでなければならない
  - ・ 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沈み	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	スラストから垂直沈み	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°+沈み	
	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+沈み	
	T4c	スラストからスピン180°	
	T4d	フライングフィッシュ(+沈み) 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てもかまわないが、垂直沈みを行う。申告は沈みで終 了する。 *下の脚は「VP コーン」エリアの外になければならない。 **ローテーションまたは垂直沈み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°+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°+沈み	
	T5c	スラストからフレキシビリティ後スピン180°	
	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ズピン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°	

5	T5e	片脚スラストからトワール180°後スピン360°	0.90
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)	

## スピン (S)

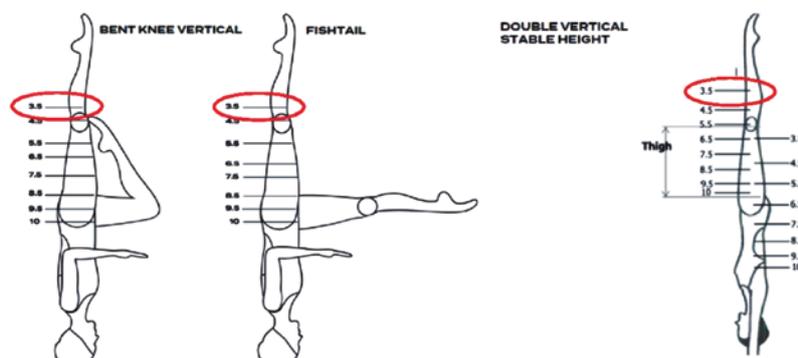
このファミリーには、あらゆるタイプのスピンの含まれる。すなわち、(一般的原則に従って) 垂直姿勢での回転である。上昇/下降スピン、コンバインド/リバースコンバインドスピンの含まれる。

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。

- ・フリーハイブリッドにおける下降スピンでは、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が回転数の定義となる。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。
- ・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。

スピンの許容範囲 (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がフィギュアやテクニカルリクワイヤドエレメント (BM13参照) と異なる場合。

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ない、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：



- 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、常に足首で終了するかまたはつま先が水没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。
- 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6-10の場合

各高さで最大2回転まで許容される。

- 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。
- 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（ウォール・ツー・ウォール）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）が終了しなければならない壁（または方向）となる。申告以上の回転は問題ないが、申告未満の回転はベースマークの対象となる。
- スピン中の脚の位置は、一般原則 a) の片脚、または両脚の VP の定義に合致する限り、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で考慮される。
- 「二本脚（両脚）」と記載されている場合は VP の定義（垂直45°以内の二本脚）を意味し、「一本脚（片脚）」と記載されている場合は垂直45°以内の一本脚（片脚）を意味する。いずれも一般原則 a) による。
  - 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。
  - 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。
  - ベントニー VP / フィッシュテイルから VP、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」スピンに分類される。
- コンバインドスピンおよびリバースコンバインドスピン（表では「コンバインド」と定義）は、同数の下降回転と上昇回転、または上昇回転と下降回転が同じ高さ（例えば、つま先が水面を割ることがスピンの始まりである場合、つま先が水中に沈むことがスピンの終わりであること）でストップせずに行われた場合のみカウントされる。

ベーシックレベル、レベル1およびレベル2にあるコンバインドスピンとリバースコンバインドスピンには、「片脚と両脚」のコンビネーションが含まれてもよい。

- 例1：ベントニー VP から開始し、VP に揃えながら360°下降し、VP のまま360°上昇するスピン。

- ・ 例2：ベントニー VP から開始し、VP に揃えながら360°下降し、ベントニー VP に戻りながら360°上昇する。

- 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。明らかに同じ高さで回転を保持している競技者（すなわちスピンではなくツイスト）は、以下の基準に従って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。

- “2方向” スピンとは、一方向にスピンした後、間をあげずに逆方向にスピンすることをいう。例えば：

SCD2 – コンバインドスピン720° (one or two legs) = 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。

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
	SCD4	2方向のコンバインドスピン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1800° (両脚)	4.00
	SCD5	2方向のコンバインドスピン1800° (両脚)	4.05

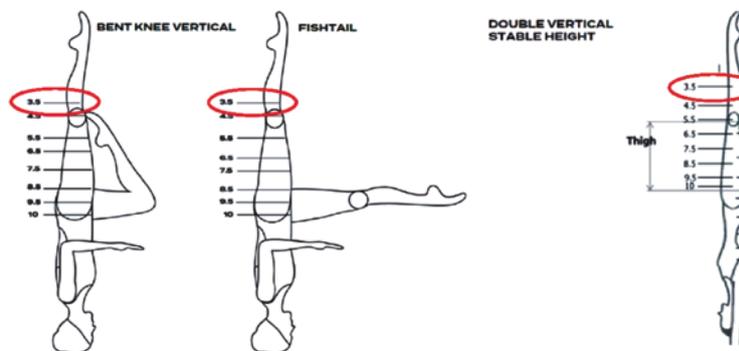
6	S6	スピン2160° (両脚)	2.35
	SC6	コンバインドスピン2160° (両脚)	4.80
	SCD6	2方向のコンバインドスピン2160° (両脚)	4.85
7	S7	スピン2520° (両脚)	2.75
8	S8	スピン2880° (両脚)	3.15
9	S9	スピン3240° (両脚)	3.55
10	S10	スピン3600° (両脚)	3.95

## 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。

- ツイストまたはトワール = 持続した高さでの回転 - 回転中、高さは一定である。したがって、**明らかに**高さが下方に変化している場合は、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。つまり、競技者が膝上 (6.5) から開始し、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) となる。

- 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) であり、TC は達成された高さレベルを明確に確認しなければならない。そうでない場合、ツイストはベースマークの対象となる。



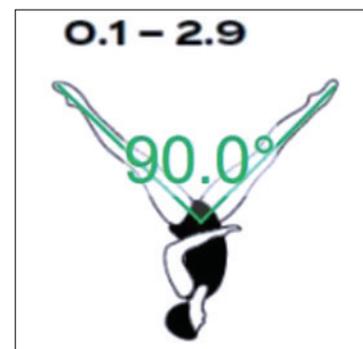
- スワール = 回転中、パイクした／アーチした身体姿勢 (または身体が垂直軸に沿っていない他の姿勢) で、ターンしながら片脚または両脚を回転させること。スワールには高さのバリエーションがあり、両脚がVPの定義より低かったり、VP エリアから外れて (in または out) 動いたりすることができる。

- 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、コーチカードに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が申告された場合 - ツイスト1080° (VP)。そして、テクニカルコントローラーは、少なくとも完全な1080°回転を完遂しているかどうかを観察する。申告された回転よりも多く回転することは問題ないが、申告された回転よりも少なく回転すると、ベースマークの対象となる。

- ツイスト、トワール、スワールは、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 (ウォール・ツー・ウォール) 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) が終了しなければならない壁 (または方向) となる。

- 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。

- ・ROB、RO1、RCB、RC1では、回転中に脚がわずかに曲がることもある。
- ・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、ナイトローテーションはフレキシビリティファミリーに含まれるが、ナイトを片脚回転申告(1RB、1R1など)として行う場合は問題ない(ベースマークではない)。
- ・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。
- ・ベントニーVP／フィッシュテイルからVPへ、またはVPからベントニーVP／フィッシュテイルなど、片脚姿勢から両脚姿勢(または両脚姿勢から片脚姿勢)への揃える／開く／曲げる／伸ばす動作は、すべての「片脚のみ」のツイスト／トワールの分類で考慮される。
- ・アンバランスの定義については後述の一般原則を参照のこと。
- ・アンバランス片脚ツイストは、すべての「片脚」回転に分類される。
- ・「2方向」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。
- ・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°)までに両脚の開きが少なくとも45°になっていなければならない。つまり、オープンは徐々にでなければならない(360°トワールしてから急速にスプリットに開くのではない)。また、開始時の「VP」姿勢は、両足／足首が触れている状態でなければならない。
- ・スプリットからクローズ180°／360°してVP(RCB／RC1)の場合、135°／270°まで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。
- ・ROB、RO1、RCB、RC1では、スプリット姿勢は、ASマニュアルに従い、「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	垂直→オープン180°→スプリット	0.25
	RCB	スプリット→クローズ180°→垂直	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

1	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	垂直→オープン360°→スプリット	0.55
	RC1	スプリット→クローズ360°→垂直	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
	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

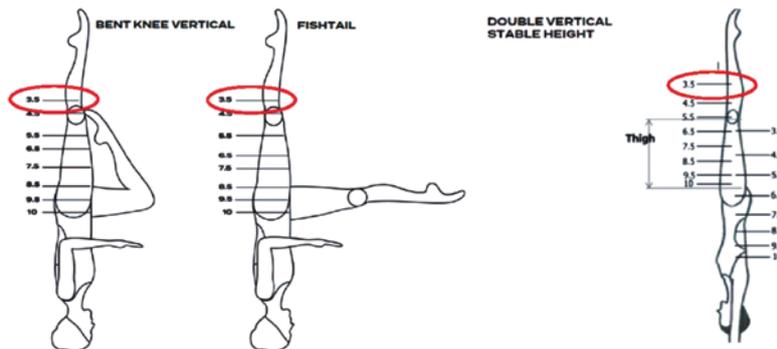
## エアボーンウエイト (A)

このファミリーには、身体の一部（片脚または両脚）を水上に出す必要があり、バランスのとれたエアボーンウエイトとアンバランスのエアボーンウエイトを維持するディフィカルティを反映した動きが含まれる。

- 「サステインドハイト（持続する高さ）」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。
- ローテーション（回転）と同時にエアボーンウエイトを申告することはできないので、一般原則に注意すること。
- アンバランスの定義については、後述の一般原則を参照のこと。
- エアボーンウエイトに最小限必要な高さは3.5であり、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。
  - 例えば、AB（倒立タック・テーブルトップまたはその変形から任意の片脚姿勢へのリフト）を行う場合、片脚姿勢は3.5でなければならない。

または

- 例えば、A5（フロントパイクから360°回転しながらVPへ）の場合、終了時のVPが3.5でなければならない。
- 片脚または両脚による垂直浮上（A3）の一般原則に従って：垂直浮上は膝上（膝頭がはっきりと見える位置）に上がるか、膝上（膝頭がはっきりと見える位置）に達する前に膝を曲げないようにしなければならない。膝上に達した後は、他の動作や申告を行うことができる。



- フロントパイクからVP（ポーパスアクション）への動作の場合：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し、片方を曲げて片方をまっすぐにしてもよい。－ VP コーンエリア内で
- フロントパイクからの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）
  - 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）
  - フロントパイクから180°回転しながら VP
  - フロントパイクから360°回転しながら VP

中間点 (90°/180°) までに、脚が45°より高くならないようにする。つまり、リフト動作は徐々にでなければならない (片脚姿勢や VP へのリフトの後に180°/360°回転するのではない)。

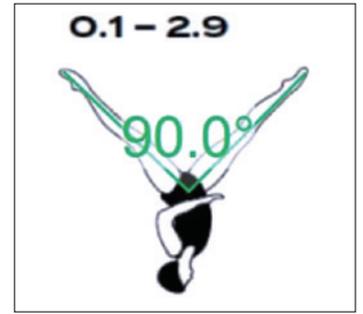
レベル	コード	解 説	DD 値
B	AB	逆さタック、テーブルトップまたはバリエーションから片脚姿勢へリフト	0.05
1	A1a	フロントパイクから片脚姿勢へリフト	0.10
	A1b	片脚沈み	
	A1c	逆さタック、テーブルトップまたはバリエーションから VP へリフト	
	A1d	フィッシュテイル、ベントニー VP またはスプリットから VP に揃える	
2	A2a	VP での垂直沈み (アイソレイティッド動作を伴うまたは伴わない)	0.15
	A2b	フロントパイクから 180° 回転しながら片脚姿勢 (ベントニー VP、フィッシュテイルほか)	
3	A3a	フロントパイクから両脚姿勢へリフト (ポーバスリフト)	0.20
	A3b	片脚または両脚を伴う垂直浮上 (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

## フレキシビリティ (F)

このファミリーには、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、極度の柔軟性を必要とする (関節を最大可動域にする) さまざまな種類のフレキシビリティ動作が含まれる。

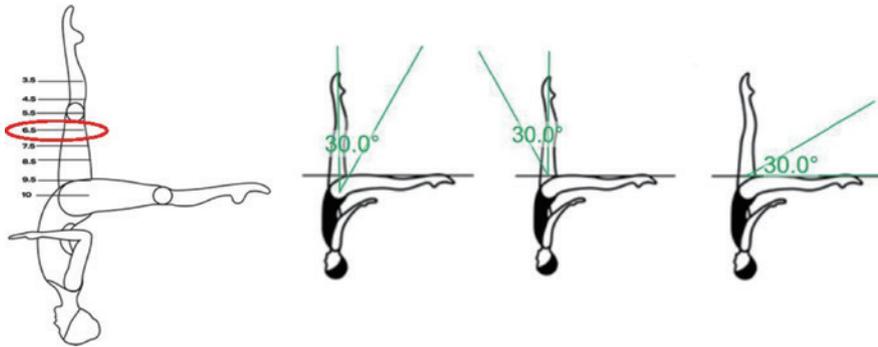
- すべての姿勢は、脚の力を最大限に発揮し、肩が腰の下にくるような身体姿勢で、競技者の柔軟性を示すものでなければならない。
- 遂行時間は、テクニカルコントローラーによってそのディフィカルティを明確に識別するのに十分な時間でなければならない。

- スプリット姿勢は、AS マニュアルに従って、スプリットの最小の高さ (0.1～2.9=「シザーズ」)で柔軟性を実証する必要がある。そうでない場合は、ベースマークの対象となる。



- ナイト姿勢の場合：

- 最小6.5 (膝上)の高さが必要。
- 垂直の脚は垂直線から最大30度まで外れることができる。
- 水平の脚は30度以上水面から外れることはできない。



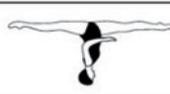
- 素早いナイト (F1b)を申告する場合、連続して申告できるが、垂直の脚は VP コーンから出なければならない。
- F1 (素早いナイト姿勢または任意の姿勢からの素早いスプリット) に関しては、開始姿勢からナイトまたはスプリットへの動作は素早く行わなければならない。
- ナイトから180°/360°回転しながら VP へ揃える：中間点 (90°/180°) までに、下の脚が45°より高くなってはならない。つまり、脚をリフトする (持ち上げる) 動作は徐々にでなければならない (VP へ脚を上げてから180°/360°回転するのではない)。
- F8b の場合: ベントニーサーフェスアーチ姿勢から360°回転して VP になる (ノバローテーション360°) 場合、中間点 (180°) までに下の脚が45°より高くなってはならない。つまり、脚をリフトする (持ち上げる) 動作は徐々にでなければならない (VP へ脚を上げてから360°回転するのではない)。
- サーフェスアーチから VP への動作の場合：

リフト動作の完全性が維持される限り、脚の動きにバリエーションがあってもよい。

- 例えば

- 両脚はわずかに離れていてもよい (45度以内)
- 両脚を交差させたり、片脚をわずかに曲げ、もう片方の脚をまっすぐにしたりしてもよい。
- 両脚を意図的に曲げてはならない。エクスキュージョンが悪いためにわずかに膝が曲がっている (膝が緩い) 場合は、ベースマークにはならない。

- フラットスプリット (F6)は高さチャート8.5レベルに従う：

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	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	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ナイトまたはスプリット	
	F4c	ベントニーサーフェスアーチからベントニー VP	
	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、水面上に沿って)	
	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
8	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°)	0.90
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

## 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。

- 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)。

- チームでのコネクティッドアクション (4~10人以上の競技者のコネクション) :

これは、4~10人の競技者のグループが連結していることを意味する。例えば、4~5人の競技者の2列、8~10人の競技者の1列、8~10人の競技者の円、または4~5人の競技者の円など。

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。

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。

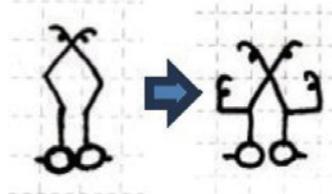
- 同じコネクションを2回連続して (1つずつ) 行う場合、それらは、デイスコネクション (切断) によって分離されるか、または連結された脚が VP「コーン」エリアから出ることによって分離される必要がある。

例えば、C2 C2を申告する場合、競技者は連結し、切断するか、VP「コーン」から出て、再度連結しなければならない :

- 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、切断や 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。

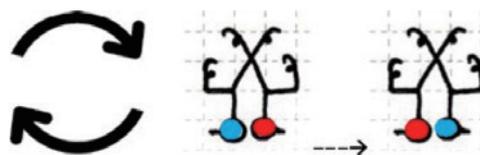


例えば、C4C3と申告した場合、競技者は C4 コネクションを示し、その直後に C3 コネクションを示すことができる :



- 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 :

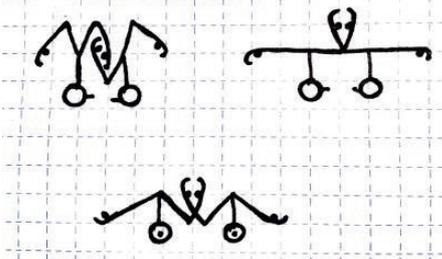
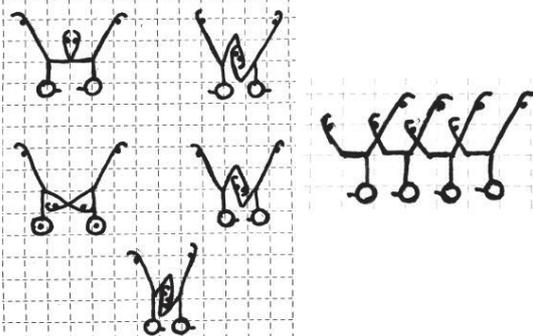
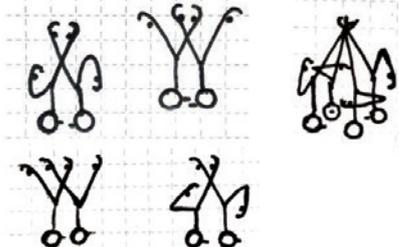
コネクションファミリーの回転は、競技者が回転 (ポジションを変える) しなければならない、(RD1のような) 単なる腰のピボットではなく、「コンストラクションの回転」でなければならない。

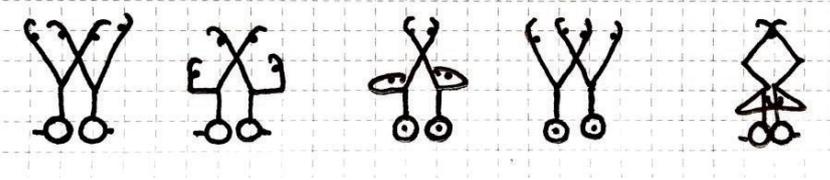
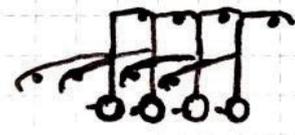
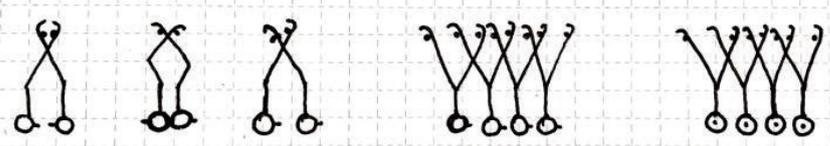


連結された回転は、持続した高さで完了しなければならない - 上昇中に回転を開始したり、下降中に終了したりすることはできない。回転中に高さが2レベル下がった場合は、ベースマークの対象となる。

- 例えば、デュエットが両脚コネクションで上昇し、A3を得た後、浮上が完了したら、180°回転し C6を得ることができる。

- コネクションと同時に浮上 (A2または A3)を申告することはできないので注意すること。浮上を先に完了させ (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。
- コネクションの説明のサンプル画については、以下の表を参照されたい。

レベル	解 説	コード	DD 値
B	<p>水面でのパ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	<p>脚 (VP「コーン」エリア内) <u>後方</u>または<u>横</u>でのコネクション</p> <p>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。</p>  <p>例外：C3+ (90°に曲げたトップ脚の足先と膝を連結する)</p> 	<p>C3</p> <p>2-3コネクティッド</p>	0.40
		<p>C3+</p> <p>4-5、8-10</p> <p>コネクティッド</p>	0.50
4	<p>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。</p> <p>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。</p> 	<p>C4</p> <p>2-3コネクティッド</p>	0.50
		<p>C4+</p> <p>4-5、8-10</p> <p>コネクティッド</p>	0.60
5	<p>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。</p> <p>片脚または両脚の垂直姿勢において、「片脚」で連結しているとき。どの方向を向いていてもよい。持続した高さで少なくとも180°の回転を行いながら、片方の垂直(「トップ」)脚で明確に連結する。</p>	<p>C5</p> <p>2-3コネクティッド</p>	1.00
		<p>C5+</p> <p>4-5、8-10</p> <p>コネクティッド</p>	1.10
6	<p>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°回転)。どの方向を向いていてもよい。</p> <p>両脚を任意の方向に向け、任意の両脚の垂直姿勢 (2本の脚が垂直に近い状態—脚は垂直から45°までずらすことができる) で連結させ、持続した高さで少なくとも180°の回転をする場合。</p> <p>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°回転)。どの方向を向いていてもよい。C5の定義は、高さを維持したまま360°以上回転する。</p>	<p>C6a</p> <p>C6b</p> <p>2-3コネクティッド</p>	1.25
		<p>C6a+</p> <p>C6b+</p> <p>4-5、8-10</p> <p>コネクティッド</p>	1.35
7	<p>両脚 (VP「コーン」エリア内) での360°垂直コネクション回転 (最大の高さでの360°回転)。どの方向を向いていてもよい。C6の定義は、高さを維持したまま360°以上回転する。</p>	<p>C7</p> <p>2-3コネクティッド</p>	1.50
		<p>C7+</p> <p>4-5、8-10</p> <p>コネクティッド</p>	1.60

## ボーナス

### パターンチェンジ (PC)

このボーナスは、チームのメンバー間の空間的な関係によって行われるフォーメーションの変更に対してのみ、チームに適用される。

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のボーナスを含む。

1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つのパターンチェンジがあった場合、コーチカードのボーナス欄のコードは3PCとなる。

### TC 検証のパターンチェンジに関する重要な注意事項：

- ・パターンを維持したまま、すべての競技者が同じ方向に移動することは、パターンチェンジではない。
- ・パターンチェンジが「トランジショナル (移行的)」である場合、つまりあるパターンから別のパターンへの通過の場合、パターンチェンジは一時停止し、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。
- ・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実行を判断するのではなく、新しいパターンが作られたことを明確に確認する必要がある。
- ・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：

- ・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－これは問題ない－ DTC はひし形／ダイヤモンド形のポイントを確認すべきではない。

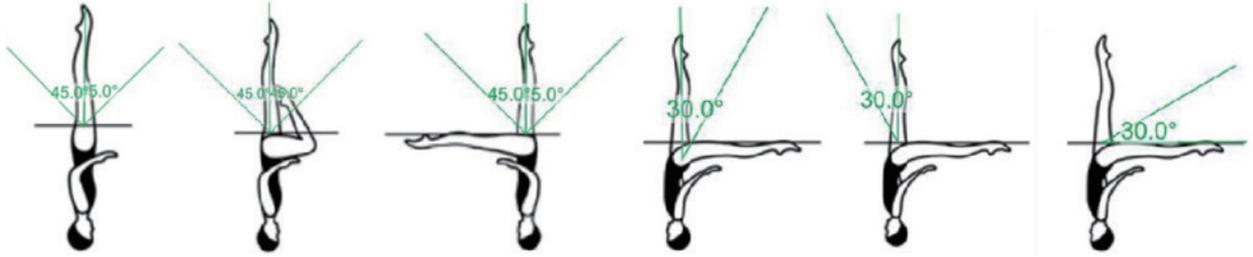


- ・ひし形／ダイヤモンド形  でそれ自身の上で回転する場合 (ひし形／ダイヤモンド形のまま)、それはパターンチェンジではない。

ハイブリッドディフィカルティ表：  
印刷用ハイブリッドディフィカルティ表は、ガイドの巻末を参照  
【重要】最新版は2024年10月更新版

### 29.6.3 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°ずれていてもよい) 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°までずらすことができる。ナイト姿勢はフレキシビリティファミリーに準ずる (上の脚または下の脚は最大30°のずれ)。



- 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 (ソロのコネクションを除く) の技 (スキル) を含まなければならない。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。
- c) 例: スキルはスラストレベル3a (スラストと垂直沈み) である。コーチカードには T3a と申告されている。この技は8人全員で行うこともできるし (完全にシンクロナイズする)、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。
- d) 1つのハイブリッドにつき、各ファミリーにつき最大5つの申告が可能である。ただし、技 (テクニク) 1つにつき3回までという制限がある。例えば、「R」ファミリー申告は5回まで行うことができる、特定の技は最大3回までとする (つまり、2R1×3 と RO1×2 など)。
- e) ディフィカルティ表の異なるファミリーの2つの動作が同時に発生した場合、申告できるのは1つだけである。例えば:

VP → オープン360° → スプリット (RO1) が実行されている場合、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°) が上昇スピンとして申告されている場合、A3 (垂直浮上) 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。

- f) チームまたはデュエットにおいて: コード (テクニク、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ていない場合、その値は \*0.5 (競技者の半数を含む) または \*0.3 (競技者の半数未満) で計算される。この原則は、デュエットアクションで、片方の競技者がハイブリッド動作を行い、もう片方の競技者が水面で動作を行う場合にも適用される (連結の有無にかかわらず)。

コード (例えば、テクニク (技) ごとに最大3回が使用されている場合) に係数0.5 (競技者の半数) または0.3 (競技者の半数未満) が適用されている場合、コーチは係数化すると1つのハイブリッドでその動作を最大6回申告できる。

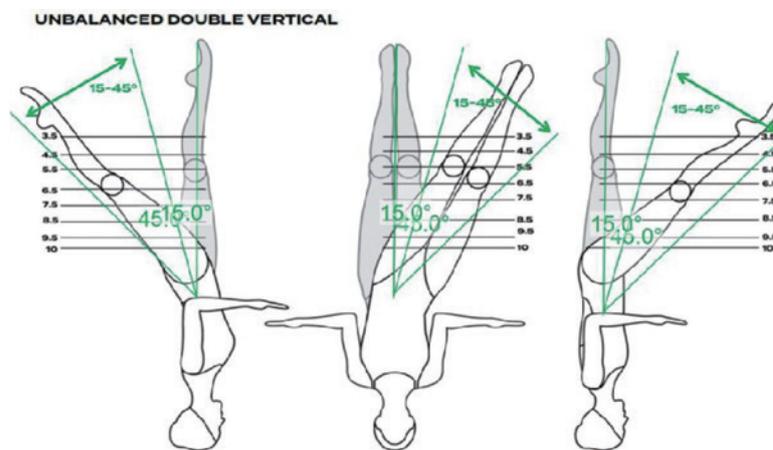
係数 (ファクタリング) はパターンチェンジボーナスには適用されない。

係数 (ファクタリング) が使用できるのは、競技者によって異なるコード/テクニクが実行されている場合のみである。すべての競技者が同じ振り付け (同じコード/技) を行っている場合、係数 (ファクタリング) は使用できない。

- g) カデンスが実行された場合、コーチカードに一度だけフルコードを申告する。ディフィカルティガイドの一般原則 f) は適用されない(係数)。つまり、チーム全員が同じ「カデンス」の動きを連続的に(1人ずつ、2人ずつ、4/4/2、4/4など)行う場合、ディフィカルティコードを1回だけ出力する。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回ずつ行う場合、コーチカードにS1を1回だけ申告する。
- h) スラストレベル9(膝上またはそれ以上の垂直姿勢でキャッチ(明らかに停止-1秒以上安定した高さを示す)してスラストを継続する)では、動作の達成を確認するための基準点として膝を使用する。ディフィカルティの確認のための基準点としての膝は、上昇または下降動作を伴う以下の他の動作にも適用される。
- スラストと垂直沈みの場合
    - 最大の高さから膝下(膝頭が水没)まで沈み、その後クラッシュした場合も達成されたものとして適用される。
  - 垂直沈みの場合(片脚または両脚-A1またはA2)
    - 高いVP(9.5-8.5)から膝下(膝頭が水没)まで降下し、その後クラッシュした場合もA1またはA2が依然として適用される。
  - 片脚または両脚での垂直浮上の場合(A3)
    - 垂直浮上では膝より上に上がる(膝頭がはっきりと見える)か、膝より上に到達する前に膝を曲げない(膝頭がはっきりと見える)こと。膝より上に達した後は、他の動作/申告が可能である。
- i) 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。

競技会で利用可能なテクノロジーがあり、競技者が解説に従っているかどうかをそれによって確定できる場合、VPから15~45度ずれた角度が、達成すべき必要な角度である。0~15度ではまっすぐすぎるためアンバランスではなく、45度より低い角度はVPの位置から外れている。

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。



片脚がアンバランスな状態でもう片方の脚を曲げた場合、競技者の重心が垂直線から外れていても、膝の曲げ伸ばしで補い競技者を安定させることができれば、これはアンバランスとは認められない。



### 29.6.5 【重要】申告したディフィカルティ動作／コーチカードに関して：

競技者はコーチカードに申告したとおりの動作を、かつ申告した順番通りに動作を実施することが非常に重要である。そうでない場合には減点対象となる。「申告通りに遂行する」("Do what you declare!") ことを強く推奨する。

コーチがコーチカードに動作やボーナスを申告しているにもかかわらず、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、申告している内容と一致しなかったりした場合（申告と異なる動きや間違った順番）、下記事項が課される：

#### 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、ルーティンハイブリッドが以下のように申告されている：
    - スラスト レベル3 (T3)、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1440°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において、1人が申告通りの動作をしなかった場合、減点が適用されることに注意すること。
- ハイブリッドの時系列に沿ってハイブリッドの申告をしなければならない。上記の場合、最初に T3、次に A3、次に S4となる。コーチカードに記載されている順番と水中で実施された内容が異なる場合は減点となる。

#### テクニカルリクワイヤドエレメントについて：

- 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、文字を含まずにコーチカードに記載する。例「TRE3」)
- 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、コーチカードで申告された順序で行わなければならない。そうでなければ、競技規則にあるペナルティが課される。
- TRE の直前と直後 (breath to breath) に追加動作を加えられることにも注意すること。これらの動作はディフィカルティを増すものではなく、追加のハイブリッドとはみなされないため、コーチカードに追加されない。

#### 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：

- アクロバティックコードは、アクロバティックカタログに記載されているとおりに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となる。
- 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すること。

## 29.6.6 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が達成でき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」



## 29.6.8 ハイブリッドディフィカルティ表

### 重要事項：

- すべてのハイブリッドは、**0.50**のベース値または「ベースマーク」からスタートし、そのベース値からディフィカルティを加算していくものとする。
- 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（ソロのコネクションを除く）の技（スキル）を含まなければならない。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。
  - ・ 例：スキルはスラストレベル3a（スラストと垂直沈み）である。コーチカードにはT3aと申告されている。この技は8人全員で行うこともできるし（完全にシンクロナイズする）、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。
- 1つのハイブリッドにつき、各ファミリーごとに最大5つの申告が可能で、1つのテクニック（技）ごとに3回まで申告できる。
  - ・ 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、「S」ファミリーを5回、「R」ファミリーを5回申告できるが、テクニック（技）は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、特定のテクニック（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。
  - ・ いくつかのスキルが1つのレベルにまとめられている、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、各テクニック（技）にa、b、c、d、e、fのラベルが付けられており、何が申告されているかが明確である（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、1×F7、3×F5a、1×F1aと申告することができる。
- スラストファミリー：
  - ・ 「スラスト」と記載されている場合は両脚、そうでない場合は片脚を意味する。
- スピンファミリー：
  - ・ 上昇と下降のスピンは区別しない。例えば、S1（片脚または両脚のスピン360°）は上昇または下降となる。
  - ・ 「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。
- チーム テクニカル、チーム フリー、フリー コンビネーションは、パターンチェンジごとに**0.20**のボーナスが含まれる。

レベル	スラスト(T)	スピン(S)		ツイストワール/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)	
ベーシック(B)	片脚または両脚スラスト→水面でクラッシュ	SB=0.15	スピン180° (片脚または両脚)	RB=0.10	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 コーン外のあらゆる 姿勢 (どの方向を向いてもよ い)	
	TB=0.30	SCB= 0.35	コンバインド180° (片脚または両脚)	1RB=0.15	片脚ツイスト/ トワール180°				
1	片脚スラスト→垂直沈み	S1=0.35	スピン360° (片脚または両脚)	R1=0.20	スワール360°/ ターン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	a) 任意の姿勢から素早いス プリット	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 向いてもよい。	
	T1=0.45	SC1=0.80	コンバインド360° (片脚または両脚)	1R1=0.35	片脚ツイスト/ トワール360°	b) 片脚の沈み	b) 素早いナイト姿勢	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 の方向を向いてもよい。	
2	a) 片脚スラスト→ スピン180°	S2=0.75	スピン720° (片脚または両脚)	R2=0.40	スワール720°	a) VP での垂直沈み (アイコンレイティッド動 作を伴う または 伴わ ない)	a) ウォークアウトフロント (呼 吸まで)	a) 片脚 (VP「コーン」エリア内) の対面コネクション	
	b) 片脚スラスト→ トワール180°→ クラッシュ	SC2=1.60	コンバインドスピン 720° (片脚または両脚)	1R2=0.75	片脚ツイスト720°	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)	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)	b) 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	
3	a) スラスト→垂直沈み	S3=1.15	スピン1080° (両脚)	R3=0.60	スワール1080°	a) フロントバイクからVP (ポーバースリフト)	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	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) 片脚スラスト→ スピン360°	SC3= 2.40	コンバインド 1080° (両脚)	1R3=1.15	片脚ツイスト1080° (VP)	b) 片脚 または 両脚で の垂直浮上 (アイコン レイティッド動作を伴 う または 伴わない)	b) アリアーナローテーション		
4	c) 片脚スラスト→ トワール180°→沈み	SCD3= 2.45	2方向コンバインド 1080° (両脚)	2R3=1.45	ツイスト1080° (VP)		c) 右脚と左脚のナイト姿 勢の組み合わせ		
	d) スラスト→フレキシビ リティ→クラッシュ	T3=0.65		RU3=1.75	アンバランスツイスト 1080° (VP)	A3=0.20	F3=0.30	C3=0.40	C3+=0.50
4	a) 片脚スラスト→ スピン720°	S4=1.55	スピン1440° (両脚)	R4=0.80	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)	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	両脚 (両脚は VP「コーン」エ リア内)でのコネクション。ど の方向を向いてもよい。	
	b) スラスト→ フレキシビリティ→ 沈み	SC4= 3.20	コンバインド 1440° (両脚)	1R4=1.55	片脚ツイスト1440°		b) サーフェスアーチ姿勢から ストレートレグでナイト または スプリット		
4	c) スラスト→ スピン180°	SCD4= 3.25	2方向コンバインド 1440° (両脚)	2R4=1.95	ツイスト1440° (VP)	b) フロントバイクから 180°回転しながら VP	c) ベントニーサーフェスア ーチからベントニー VP		
	d) フライングフィッシュ (→沈み)	T4=0.80		RD4=2.15	2方向1440° (VP)		d) 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)		
4	e) スラスト→ トワール180°→ クラッシュ			RU4= 2.35	アンバランスツイスト 1440° (VP)		e) フィッシュテイルからナイト (水平面、水面に沿って)		
						A4=0.45	F4=0.40	C4=0.50	C4+=0.60

レベル	スラスト(T)	スピン(S)		ツイストワール/スワール含(R)		エアボーンウエイト(A)	フレキシビリティー(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°→沈み 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°→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ンレイティッド動作(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ンレイティッド動作または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(ノバローテーション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

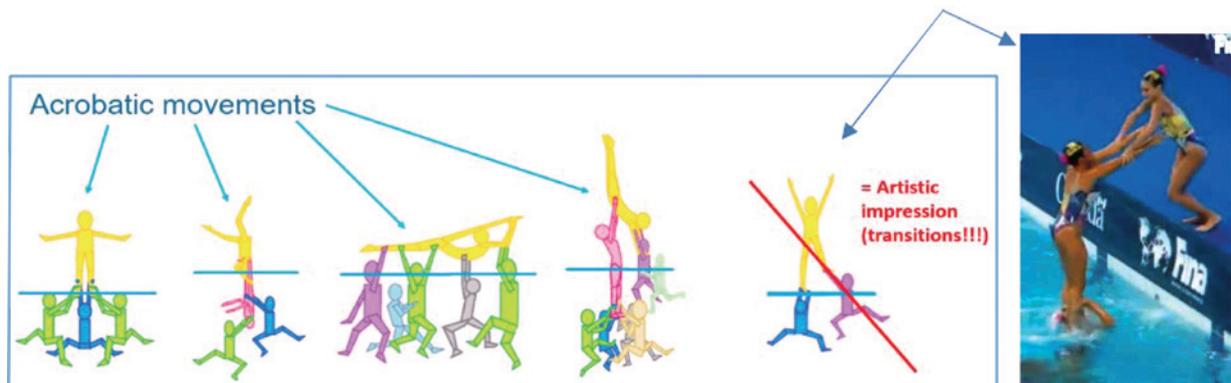
### 29.7.1 チームアクロバティックカタログ

#### 29.7.1.1 アクロバティック動作の分類、グループ、用語

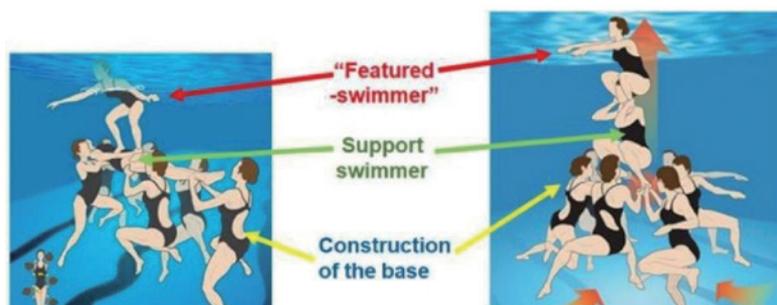
##### 重要用語

- **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、高度な体操の技やリスキーな空中技、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見なされ、4人または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見なされる。

例：これはアクロバティック動作として認められない。



- **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。
- **サポートスイマー (中間)**：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。
- **フィーチャードスイマー (フライヤーまたはフィーチャードスイマー)**：空中または支持された状態でアクロバティック動作を行うスイマーのこと。
- **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。
- **ベースのコンストラクション**：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。



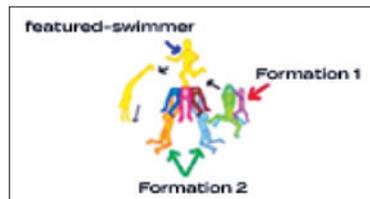
- **スポッター** (「ヘルパー」)：コンストラクションの中で支える (持ち上げるまたは押し上げる) ためにさらに追加されたスイマーのこと。通常、「メイン」コンストラクションの近くに配置される。ほとんどの場合、フィーチャードスイマーに付いているが、例外もある。少数(1～4人)の別々のスポッターやスポッターの「ペア」(別名「ペアブースト」)を持つことも可能である。彼らの役割は、フィーチャードスイマーや、時にはサポートスイマーに追加のサポートや補助を提供する (通常、コンストラクション、コネクション、またはボーナスの説明に明記されている)。

- 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前足を持つ。

Spotter



- **フォーメーション**：2組以上のグループから構成される。このグループがピッタリ同時に行われることで、アクロバティック動作の完遂度が保証される。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。

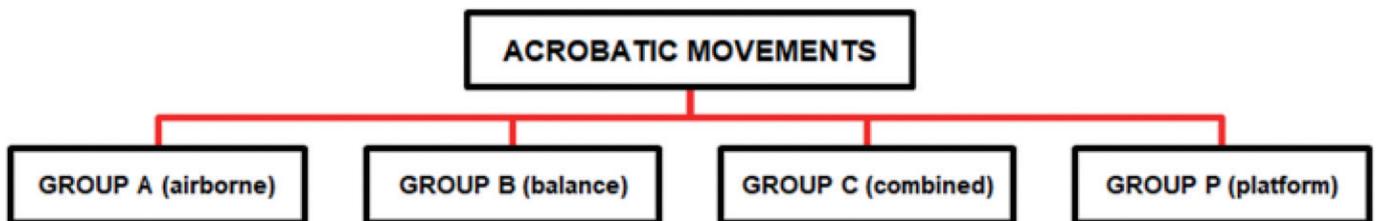


- **ジャンプ**：フィーチャードスイマーが両脚を使ってコンストラクションからジャンプし、空中に飛び出す時の「反発フェーズ」を含む動作。
- **スロー**：フィーチャードスイマーが、ベースまたはサポートスイマーのコンストラクションによって空中に投げられる動作。この際、フィーチャードスイマーの脚による「反発フェーズ」はない。
- 例：フィーチャードスイマーがヘッドダウンで、サポートスイマーの脚によって空中に蹴り飛ばされるもの。
- **スタック**：フィーチャードスイマーが、垂直姿勢 (ヘッドダウンまたはヘッドアップ) のサポートアスリートの上に座ったり立ったり横たわったりするもの。
- **リフト**：フィーチャードスイマーがベーススイマーの上に座ったり立ったり横たわったもの。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。
- **オントウサポート**：フィーチャードスイマーが1つのフォーメーションから他のフォーメーションへ飛び移り、沈み込みの完了まで保持するもの。
- **スルーサポート**：フィーチャードスイマーが他のフォーメーションを (わずかに触れて移動し続け) 飛び越えるもの。
- **プラットフォーム (スタンダード)**：フィーチャードスイマーはサポートスイマーの上で立位や座位、横たわった状態で、水平姿勢のサポートスイマーを水中から持ち上げるベーススイマーによる複合的な動作。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。
- **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。

## 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最初から最後まで接続されている。
- 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協力して安定したコンストラクションを形成し、1人または複数の泳者が持ち上げられ、ポーズまたは動きを行う。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。



アクロバティック動作の分類を始めるにあたり、2008-2020年の世界水泳選手権、ヨーロッパ選手権、また2000年初めのその他の国際大会の映像を分析した。これにより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た。

## 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 (「値の始まり」)

C — コンストラクション

S — サポートエリアと接続のタイプ

D — 方向

P — ポジション

R — コンストラクションの回転

T — 平面と回転の角度

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。

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

#### 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計算され、ダブルアクロバティック動作のボーナス (「Dbl」) が加算される。



- ダブルアクロバティック動作のボーナス：

- 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。
- 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。

- 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。

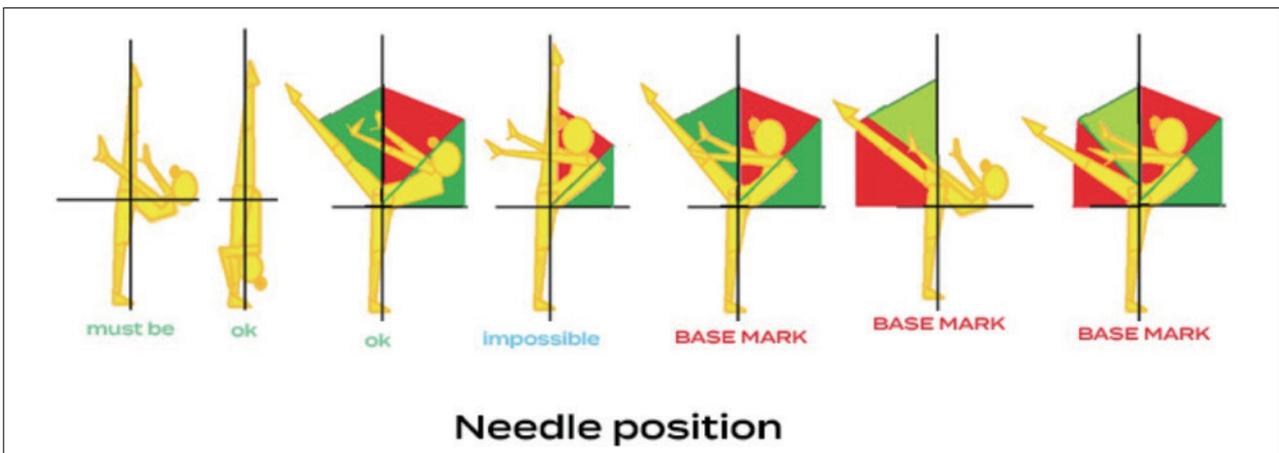


- 沈みの有無にかかわらず、これは2つの別々のアクロバティック動作となる。



### ポジション (すべてのグループ)

- 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。
- 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度**の許容範囲がある。
- 注：ポジション (Needle, Sail, Queen, Eye) が胴体の傾きを必要とする場合 (脚の動きの角度だけでなく)、胴体と脚それぞれに45度の許容範囲が適用される。
- Needle ポジションの例：



- 指定がない限り、腕と手の位置またはキャプチャは任意。
- ポジションは明確に示されなければならない。
  - TC は、明確に定義された形 (関連する身体のすべての部位が同じ瞬間に正しい位置にある) で固定されたポジションの短い停止 (フィギュアのように) を見なければならない。

- 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、以下より高くなければならない：

ヘッドアップポジションでは、**膝**  
 ヘッドダウンポジションでは、**ウエスト**  
 水平のポジションでは、**全身が水上**

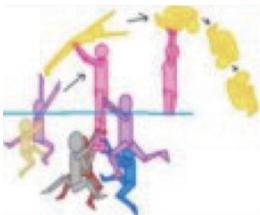
- 1つ目のポジションの定義：

グループB（グループPとCでも使用される）：

- 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（上記の通り）。
- 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。
- 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）。
- 注：ハンドスタンドの場合、ポジション1は常に Bamboo（フィーチャードスイマーの両脚が「ow」を通過またはボックスを通過したヘッドダウンのタックを通過；フィーチャードスイマーが水中から直ちにポジション1（例えば、水面上のタックから両脚を開いて owl または willow ポジションになる）に、または両脚が必ず「サイド」owl ポジションを通過する（旧カタログの「Beluga」ポジション）にならない限り、この場合、コーチがポジション1（必ず ow ポジションで停止-ポーズを行う）として申告することを望まない限り、コーチは ow をポジション1として申告する必要はない。

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。
- 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。
- 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頭上に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。
- 下の図に示すように1つ目のポジションは tuck となる。



- ポジションは**実行される順番**で申告されなければならない。ポジションが明確に示され、高さの許容範囲より高い場合、それは必ず申告しなければならず、スキップすることはできない。

●重要事項：

グループBおよびPにおいて、いくつかの例外がある（ポジション1と1つ目のコネクションタイプの申告において）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）

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」として考慮されるので、この「立ち上がる／上がる」姿勢（ポジション1への移行）はカウントしない。DTCは、フィーチャードスイマーが「立ち上がる」姿勢をどのくらいの時間維持しているかをチェックする。2秒以上であればベースマークとなる。

スイマーが立つ／上がる動作の途中で、かつポジションを保持していない限り、ポジションを申告する必要はない。（例えば、グループPにおけるline）

さらに、片脚立ちとしてコネクションのタイプを申告すべきである。

●ポジションとコネクションのタイプについて：

グループB：

ポジション #1 から #7 (he, vs, gl, sa, ne, ey) では、#5 (FPx)、#19 (F1S)、#29 (1F1P) #30 (1F1F) のコネクションのタイプを申告する。

アクロバティック動作の最初から最後まで、フィーチャードスイマーがline ポジションの場合、またはアクロバティック動作の間、フィーチャードスイマーが明確に両脚で立っている場合にのみ、コネクション #18 (FS) を申告する。

グループP：

ポジション #1から #7では、#3、#4、#9、#19、#20、#21、#23のコネクションのタイプを申告する。

●ポジション2はポジション1と異なるポジションでなければならない。そうでなければベースマークが適用される。

これは同じポジションコードを連続して申告することができず、表から異なるポジションコードを使用しなければならないことを意味する。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。

例1 グループB：he/2he = 不可。he/2gl = OK

例2 グループA：kt/2kt = 不可。kt/2tk = OK

例3 グループP：bb/2ow + Pos3 ボーナス (別のow) = OK

●画像と記載された表に不一致がある場合：

常に文書が優先される。

画像はいくつかの例を示すためのものである。

「文書」に従っていれば他のバリエーションも可能。

●グループC (Thr^2F または Thr^Lh または Thr>L のコンストラクション)

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（例えばバランスをとっている）を、ポジション2は2人目のフィーチャードスイマー（たいてい飛んでいる、グループAを使用）のポジションを示す。

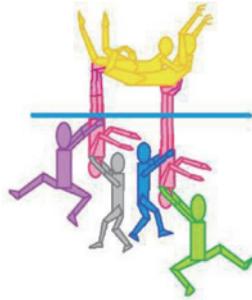
他のすべてのポジションは、3つ目のポジション ("Pos3") のボーナスで示さなければならない。

- 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異なるポジションを同時に示した場合

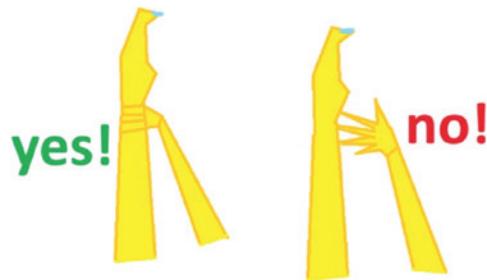
両方のポジションを申告しなければならず、ポジション1はDDの高い方で、ポジション2はDDの低い方とする。グループCのコンストラクション(例えば、Thr + Thr または Sn)で使用できる。

- 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同じポジションを同時に示した場合  
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)。

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。



- 表に従って ハンドキャプチャが必要な場合、明確でコントロールされた保持を必ず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。



- 脚のキャッチ／キャプチャ(つかむ)

片脚でキックがある場合、または安定した姿勢でフィーチャードスイマーが脚に寄りかかる場合、フィーチャードスイマーはキックを自分の腕で受け止め(同じ腕、反対側の腕、または必要に応じて両方)、「スコップ」の形を作り、脚を「つかむ」。手によるキャッチはフィーチャードスイマー自身が(サポートスイマーやベーススイマーの助けを借りずに)、自分の力で行わなければならない。

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の能力によって行われ、サポートやベーススイマーの助けを借りずに実行しなければならない。

• 反対側の腕とは：

ポジションの説明に**反対側の腕**を示さなければならないと記載されている場合、同じ脚と腕を使ってはならず、使った場合はベースマークになる！

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。反対では、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。

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。

**Glass, Eye, Harp** ポジションーフィーチャードスイマーは「動いている／キックしている」脚を反対側の腕または手でキャッチしなければならない（右腕または右手で左脚、左腕または左手で右脚）。

例えば、フィーチャードスイマーが右脚で立っているとき、左脚が動いて後ろや横にキックを行い、フィーチャードスイマーは右腕または右手で左脚をキャッチしなければならない。

**Pin** においてーフィーチャードスイマーは「後ろ脚」をキャッチする（両腕によるブラインドキャプチャまたは反対側の腕による。）

例えば、フィーチャードスイマーがスプリットポジションで右脚を前に、左脚を後ろにして座っている場合、フィーチャードスイマーは右腕で左脚をキャッチする。また、ポジションがうつ伏せで左脚が「頭の上」にある場合（後ろ脚）、フィーチャードスイマーは右腕でそれをキャッチしなければならない。

**Queen** ポジションーこのポジションは例外

例：フィーチャードスイマーが左脚で立ち、右脚を前方で垂直に「上を向いて」いる場合、フィーチャードスイマーは後方にアーチを描き、右腕で「立っている」左脚をキャッチする。

Eye position - OK (elbows forward)	Eye Position - NOT OK (elbow backwards)	Pin position
		

- 「ブラインドキャッチ」または「ブラインドキャプチャ」とは、フィーチャードスイマーが片脚または両脚を見ないで反対側の腕または両腕でキャッチすること。肘は後方ではなく前方に向けるー「サイド」キャプチャではない。
- ポジションの説明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。
- 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。

### コンストラクション (すべてのグループ)

- ベーススイマー同士のホールドの仕方は任意。
- 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。

### サポート／接続のエリア (グループBおよびP)

- アクロバティック動作に2種類の接続がある場合は、水上で示す1つ目の接続を申告しなければならぬ。1つ目の接続をスキップして、代わりに2つ目の接続を申告することはできない。
- グループBおよびPでは、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が、グリップ (接続のタイプ) を行うときにプラットフォームで追加のサポートをすることはできる。

### ローテーションー回転面と回転数 (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)

- 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)。
- ツイストは、テイクオフのフェーズから開始できる (特に空中での2軸回転の場合)。
- 空中での2軸回転の場合 (アクロバティック動作にサマソールとツイストが含まれる場合) : ツイストはアクロバティック動作のどのタイミングでも起こりうる (例 : サマソール完了後、空中回転中、テイクオフ中など)。
- 360°以上のツイスト許容範囲 :  
申告の180°以下 = ベースマーク (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能)  
例1 : 720°ツイストを申告し、ウエストまでに540° (1½)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° (1¾)回転した = Ok

#### 180°のツイスト許容範囲 :

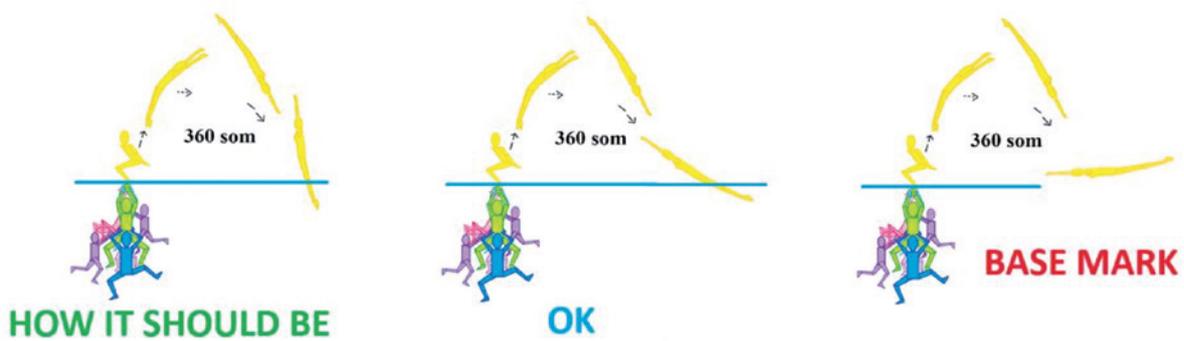
許容範囲なし - 180°未満はベースマーク



- 重要 : ツイストは、両足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) ポジションとは見なされない !

## サマソール (ボーナスを含むすべて)

- 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。
- 沈み始めとは、「身体の一部が滑り落ちる」「身体の一部が沈んでから再び水上に現れる」ことではなく、フィーチャードスイマーの身体がそのまま水中に入り、二度と「浮き上がらない」ことを意味する。沈み始めは、身体の4分の1が水中に「消えた」ときから計測される。
- **すべてのサマソール (レギュラー／前方／2軸など) の許容角度は、水没する前に申告より90°不足=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)
- 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-ダイブ」を申告し、回転し過ぎてても、少なくとも必要な回転を「パス」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。
- テクニカルコントローラーのアドバイス：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/arch 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)。



## カートウィルとハンドスプリング (ボーナスを含むすべてのグループ)

- カートウィルやハンドスプリングでは、サマソールと同じルールが適用される：水没する前に、申告された角度より90°不足=ベースマーク。

## ベースのローテーション (グループBとC)

- コンストラクションのベースの回転数は、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。
- 回転は上昇中に始めることができる。
- 360°以上の許容範囲：  
申告より90°の不足=ベースマーク (注：スイマーはオーバーローテーションできる、申告よりも多く回転することは可能)  
例1：720°回転を申告し、ウエストまでに540° (1 ½) 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 ¾) 回った= Ok
- 180°の許容範囲：  
許容範囲なし-180°未満はベースマーク

## ベースのローテーション (グループP)

- 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) までで計測される。
- 回転はプラットフォームが最大の高さ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 (頭が上のポジションの場合) またはウエスト (頭が下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。
- 回転は上昇中に始めても良いが、TC 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。
- 180°以上の許容範囲 : 申告より45°不足 = 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)
- 90°の許容範囲 : 許容範囲はなし - 90°の不足はベースマーク。確実に実行 (またはそれ以上) しなければならない。

## ボーナス (すべてのグループ)

- 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1回のみ申告することができる。
- アクロバティック動作1つにつき最大2つの異なるボーナスが申告できる。
- 一部のボーナスは、同じ「カテゴリー」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。
- 2つ目のフォーメーションの上を飛ぶ、または頭の上のリフトの上を飛ぶことが申告された場合、(フィーチャードスイマーがその上を飛ぶ) 2つ目のフォーメーションのフィーチャードスイマーは、「ポジションの安全な許容範囲」またはそれ (ウエストまたは膝) より高くなければならない。

## 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 (以下に記載されていないものは任意である :

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

グループBの必須項目 : 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

グループPの必須項目 : 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

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

これらの条件を満たさない場合、ベースマークとなる。

- 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) のコネクションと 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 + コネクションのタイプ + 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。

- このように、「スケルトン」(最低必要条件)は常にある！コンストラクション+ grip (コネクションのタイプ)  
+ポジション1

### 附則3、4および5のルールの明確化

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。

<p><b>グループA</b>：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) を繰り返すことはできない。例：</p>	
<p>1つのルーティンで-不可</p> <p>A-Sq-Back-pk/2ln-s1 A-Sq-Back-pk/2ja-s1</p>	
<p>1つのルーティンで- OK</p> <p>A-Sq-Back-pk/2ln-s1 A-Sq-Back-tk/2spl-s1</p>	
<p>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してはならない。</p>	

<p><b>グループB</b>：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。例：</p>	
<p>1つのルーティンで-不可</p> <p>B-St-1P1P-bb/2ow B-St-PP-bb/2ow</p>	
<p>1つのルーティンで- OK</p> <p>B-St-1P1P-bb/2ow B-StH-FF-sd</p>	
<p>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。</p>	

<p><b>グループC</b>：同じコンストラクションを繰り返すことはできない。例：</p>	
<p>1つのルーティンで-不可</p> <p>C-Thr&gt;St-Bln-tk-Cs1 C-Thr&gt;St-Forw-sd/2tk-Cd-Jump</p>	
<p>1つのルーティンで- OK</p> <p>C-Thr&gt;St-Bln-tk-Cs1 C-Thr&gt;F-Forw-sd/2tk-Cd-Jump</p>	
<p>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。</p>	

**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。例：

1つのルーティンで－不可

P-Knees-SP+K-bb/2ow

P-Knees-3pA-ne



1つのルーティンで－ OK

P-Knees-SP+K-bb/2ow

P-sS-FA+PA-ne/2ry



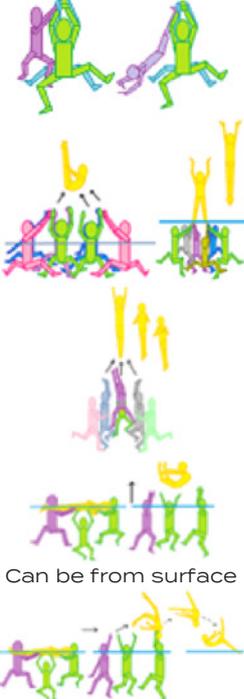
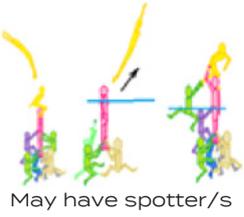
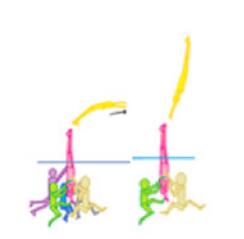
**注**：グループPでは、ボーナスや回転を変えても、他のアクロで申告したポジション、コンストラクション、コネクション（グリップ）のタイプを繰り返すことはできない。

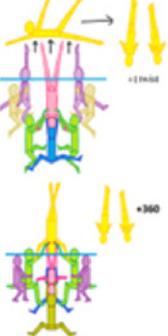
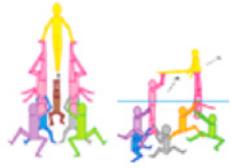
- Q&A 注：P1および／またはP2の制限は特定のグループに適用されるが、他のグループでも行うことができる。

例えば：プラットフォームでは、フィーチャードスイマーがowlポジションを行い、そのスイマーはグループBの別のアクロでowlポジションを繰り返すことができる。

29.7.1.3 グループA

コンポーネントC-コンストラクション

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 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 swimmers and declare Thr plus bonus for Double acro if the idea is to perform same/equal acrobatic movement in 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/throw from shoulders (stack type) 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 hands 3 levels</p>		Hand	Med	High level of sustainability+ low vestibular load	1+0.5	Type 2:	slo-med	Extra-Small	0.95
				0.2	0	0.15	0.15	0.1	0.35	
4	 <p>Jump/ throw from feet (stack type) 3 levels</p>		Feet	Med	Low level of sustainability+ high vestibular load+ blind connect	1+0.5	Type 2:	slo-med	Small	1.00
				0.2	0.1	0.15	0.15	0.1	0.3	

5	 <p>Must have at least 2 people doing basket +1 leg-pusher (support-swimmer) + at least 1 swimmer pushing "leg-pusher" + featured-swimmer = in total 1 featured-swimmer +4 base-swimmers who form Sq construction</p>	<p>Jump from square ("basket")</p> <p>3 levels</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	1.15
				0.3	0.1	0.25	0.1	0.3	0.1	
6	 <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>	<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	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load	1+0.5+0.5	Type 3	slow-medium	Med	1.00
				0.3	0	0.2	0.2	0.1	0.2	
7	 <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>	<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>	2Sup H	Hard	Low level of sustainability+ high vestibular load. doesn't matter how many supports+ blind connect	1+0.5+0.5	Type 3	slow-medium	Med	1.10
				0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	

#### グループ A コンストラクションの注釈：

コンストラクション6および7は、2人のサポートの中央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。

両方のサポートがヘッドダウンの場合は、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：片脚 + 片脚、両脚 + 両脚、または片脚 + 両脚の組み合わせ。

両方のサポートがヘッドアップの場合（または片方のみ）、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よいし、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）。

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
<p><b>Upwards</b></p> <p>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.</p>	<b>Up</b>		<b>0.05</b>
<p><b>Forwards</b></p> <p>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.</p>	<b>Forw</b>		<b>0.05</b>
<p><b>Backwards</b></p> <p>The featured-swimmer jumps backwards (or is thrown in the air in this direction by construction) and enters the water behind the construction.</p>	<b>Back</b>		<b>0.10</b>
<p><b>Sideways</b></p> <p>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.</p>	<b>Side</b>		<b>0.20</b>
<p><b>Reverse*</b></p> <p>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.</p>	<b>Rev</b>		<b>0.40</b>

\*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（後ろにジャンプして前に回転する、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。

## 方向の決め方

### ヘッドアップジャンプ：

「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。

- 例：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 (Back)
- 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 (Forw)
- 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。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-Back-tk/2In-s1,5t0,5fo



- 例4：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-Forw-tk/2In-s1,5fo



### ヘッドダウンジャンプ（つまりスロー）：

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。例外：サマソールがある場合、代わりに回転の方向を選ぶ。

- 例1：フィーチャードスイマーがヘッドダウンで後方へ投げ出され、前方サマソールを始めた場合 = 前方で申告 (Forw)
- 例2：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 = 後方で申告 (Back)

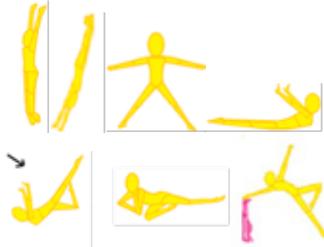
### カートウィル：

方向は横方向 (Side)

### ハンドスプリング：

方向は前方 (Forw) または後方 (Back)

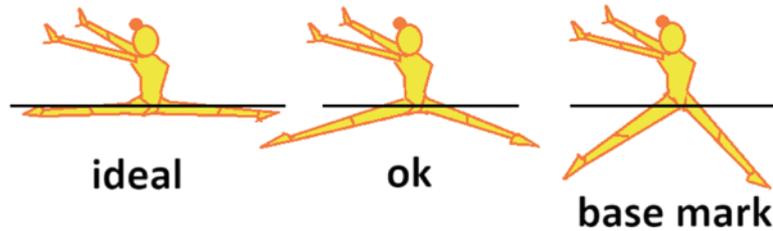
コンポーネントP-ポジション

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
<b>FORWARD FLEX STOMACH</b>								
1	 <p>Important: knees must be within 90 degrees of chest (plus always consider 45° position allowance)</p>	Tuck	No	Can be with or without hands	Stomach flex 1 (bent legs!)	basic <b>0.10</b>	<b>0.05</b>	<b>2tk</b>
		<b>tk</b>	○	○	○			
2	 <p>Important: flexion at hip level with one or two legs (straight) touch stomach and/or chest</p>	Pike	No	Can be with or without hands	Stomach flex 2	<b>0.20</b>	<b>0.10</b>	<b>2pk</b>
		<b>pk</b>	○	○	0.2			
<b>MISCELLANEOUS</b>								
3		Kite	No	Can be with or without hands	Free body position (different from straight or open body, tuck or line) with flexion at hip level of 90 degrees or less (one or two legs sideways or forwards or backwards)  Knee(s) may be bent.  May have a small arch in back	basic <b>0.05</b>	<b>0.025</b>	<b>2kt</b>
		<b>kt</b>	○	○	○			
4	 <p>"Open body" Line/Arch Can have "open" leg variations or 1 significantly (90 degrees) bent leg</p>		No	-	Misc (straight body, may have small arch in back). Legs can be straight and/or spread in 45 degrees out of vertical line diapason	basic <b>0.10</b>	<b>0.05</b>	<b>2ln</b>
		<b>ln</b>	○	○	○			
5		Split	No	Can be with or without hands	180 between legs can be different variations, however both legs should be straight  (both legs must be in 45° cone from 180 line that is formed by legs)	<b>0.30</b>	<b>0.15</b>	<b>2sp</b>
		<b>sp</b>	○	○	0.3			

ARCHED								
6		Jay	No	-	Arch in back+1 leg back straight 90 degrees and more	0.20	0.10	2ja
		ja	O	O	0.2			
7	 At least toes of one foot must touch head (or be within 45 degrees as per position allowance)	Ring	No	Can be with or without hands	Arch (maximum flex in back).	0.30	0.15	2rg
		rg	O	O	0.3			

スプリットの45°ポジションの許容について

- 両脚が前後に45°かそれ以上は「パス」となる（理想的（左の図）、OKな形は図参照）
- 前脚か後脚のどちらかが45°より低い（ナイトやクレーンのように見える）か、両脚が45°より低ければベースマークとなる。（最後の図）



コンポーネントSーサポートエリア

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）

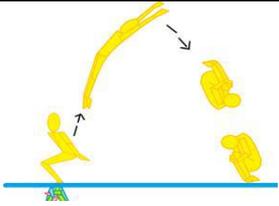
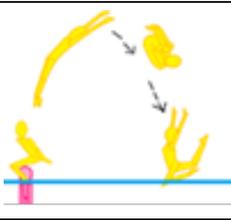
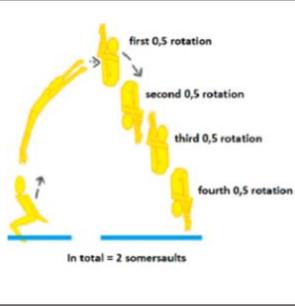
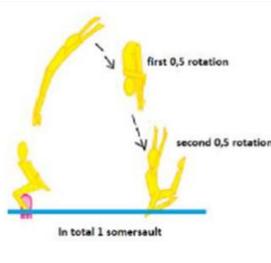
コンポーネントRーコンストラクションのベースのローテーション

AグループAには該当しない

コンポーネントTーローテーションの面と角度

- サマソール半回／ダイブ（フィーチャードスイマーの頭が上で前方または後方にジャンプし、空中で放物線を描いた後、頭から水に入る）がある場合は、コードに「s0.5」または「d」の文字と、指定された回転数（もしあれば）で記入する必要がある。
- この状況で頭から入水しなかった場合は、ポジションの変更とみなされ、ダイブまたはサマソール半回とは表記されない。

## サマソール回転の計算方法

<p>To get value for a “full somersault” the featured-swimmer who jumps head-first needs to enter the water feet-first (after “full” rotations ie 360°, 720°, 1080°). For example: tuck position, straight body positions.</p>	
<p>For “Open” positions or variations of arch positions (Jay, Kite, etc) – the featured-swimmer must enter the water demonstrating vertical alignment between shoulders and knees to get a full somersault.</p>	
<p>Pike somersault (without changing the body position throughout the rotation): We count somersaults in a pike position the same way that diving does. The first 180-degree movement of the legs after take-off is considered as the first half of the rotation and then count from there.</p>	
<p>If the somersault is performed using 2 positions – for example Pike and Jay: we count the number of somersaults in our regular method where we look how many times the torso with the head turns each 180.</p>	

### • コードに関する注意：

回転度数の横に「forward (前方)」とある場合、それは空中で実際にサマソールが実行される方向を意味する。

回転度数の横に「straight body (ストレートボディ)」とある場合、テイクオフから最後までストレートボディポジションを保つことを意味し、背中の中の少しのアーチは許される (ポジションには45度の許容範囲があるため)。テイクオフ後の小さなキック動作はポジションとして申告しないため実行できる。

回転度数の横に「open (オープン)」とある場合の例：

- 540° サマソール + オープン = ポジションにおける 360° + 0.5 オープン → line ポジション
- 720° + オープン = ポジションにおける 540° + 0.5 オープン → line ポジション
- 「open (オープン)」の基準を満たすためには、line ポジションをポジション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実行されなければならない。また、膝 (ヘッドアップ) またはウエスト (ヘッドダウン) で実行されなければならない。

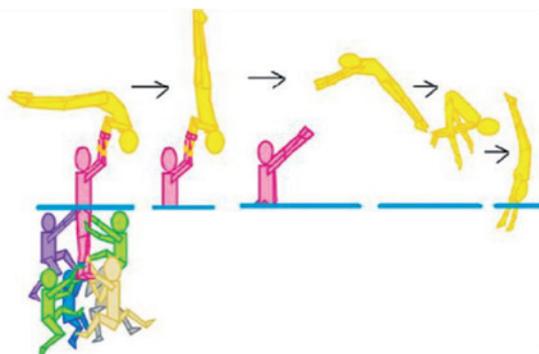
<b>Horizontal plane (all twists: horizontal. head-up. head-down) - turns around self to the left or right (Performed in the air)</b>							
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	total
180°	<b>t0.5</b>	0.025					<b>0.025</b>
360°	<b>t1</b>	0.05					<b>0.05</b>
540°	<b>t1.5</b>	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					<b>0.30</b>

<b>Sagittal plane (Example: forward somersault) - turns around self - forwards or (Performed in the air)</b>									
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	bo-nus	total	
180° somersault /dive (any direction)	<b>d</b>	0.025	0.025				0.025	<b>0.075</b>	
180° somersault /Dive + 180° twist (any direction)	<b>dt0.5</b>	0.025	0.05				0.025	<b>0.10</b>	
180° somersault /Dive + 360° twist (any direction)	<b>dt1</b>	0.025	0.1				0.025	<b>0.15</b>	
180° somersault /Dive + 540° twist (any direction)	<b>dt1.5</b>	0.025	0.2				0.025	<b>0.25</b>	
180° somersault /Dive + 720° twist (any direction)	<b>dt2</b>	0.025	0.25				0.025	<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>	
540° somersault	<b>s1.5</b>	0.55						<b>0.55</b>	
540° somersault forwards	<b>s1.5f</b>	0.55		0.1				<b>0.65</b>	
540° somersault + open	<b>s1.5o</b>	0.55				0.3		<b>0.85</b>	
540° somersault forwards + open	<b>s1.5fo</b>	0.55		0.1		0.3		<b>0.95</b>	
720° somersault	<b>s2</b>	0.8						<b>0.80</b>	
720° somersault + open	<b>s2o</b>	0.8				0.5		<b>1.30</b>	
720° somersault forwards	<b>s2f</b>	0.8		0.1				<b>0.90</b>	
720° somersault forwards + open	<b>s2fo</b>	0.8		0.1		0.5		<b>1.40</b>	
900° somersault	<b>s2.5</b>	1						<b>1.00</b>	
900° somersault forwards	<b>s2.5f</b>	1		0.3				<b>1.30</b>	
1080° somersault	<b>s3</b>	1.5						<b>1.50</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					0.1	<b>0.60</b>
720° side somersault	<b>f2</b>	0.7					0.1	<b>0.80</b>

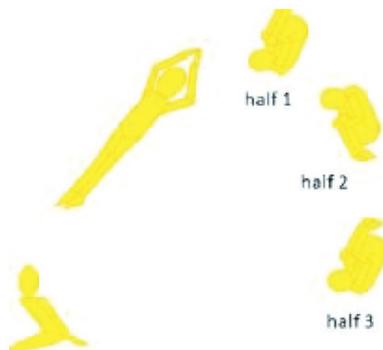
Cartwheels and Handsprings								
(part of rotation starts with connection to support) ANY DIRECTION								
Usually, starts on a support and partially performed on it. Then featured-swimmer becomes airborne, performs rotation in the air and enters the water (featured-swimmer may keep hand-connection with support until submergence)								
Degree of rotation	Code	value	2nd axis	forw	straight body	open	bonus	total
Cartwheel	<b>c</b>	0.1						<b>0.10</b>
Cartwheel + half twist	<b>ct0.5</b>	0.1	0.025				0.025	<b>0.15</b>
Cartwheel + 1 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 somersault (dive)	<b>hd</b>	0.1	0.025					<b>0.125</b>
Handspring + 1 somersault	<b>hs1</b>	0.1	0.3					<b>0.40</b>
Half-Handspring + 1.5 somersault (with or without opening)	<b>h0.5s1.5</b>	0.05	0.4					<b>0.45</b>
Half-Handspring + 1 somersault (with or without opening)	<b>h0.5s1</b>	0.05	0.3					<b>0.35</b>

例：ハーフハンドスプリング + 1 サマソール

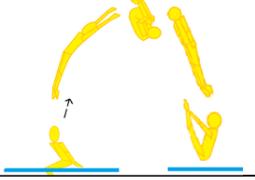
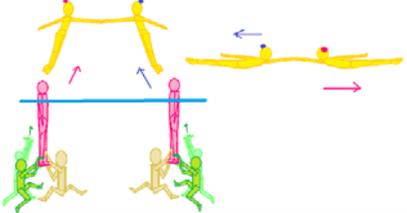
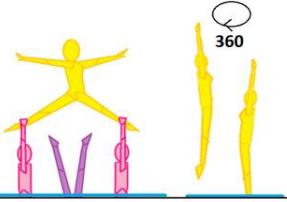


Two-axes somersaults (have additional bonus for using both axes 0,025) (Performed in the air)								
Degree of rotation	Code	value		forw	straight body	open	bonus	total
		som.	twist					
1 somersault + 0.5 twist	<b>s1t0.5</b>	0.3	0.05				0.1	<b>0.45</b>
1 somersault + 0.5 twist forwards	<b>s1t0.5f</b>	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>
1.5 somersault + 0.5 twist	<b>s1.5t0.5</b>	0.55	0.025				0.1	<b>0.675</b>
1.5 somersault + 0.5 twist forwards	<b>s1.5t0.5f</b>	0.55	0.025	0.1			0.1	<b>0.775</b>
1.5 somersault + 0.5 twist + open	<b>s1.5t0.5o</b>	0.55	0.025			0.3	0.1	<b>0.975</b>
1.5 somersault + 0.5 twist + open forwards	<b>s1.5t0.5fo</b>	0.55	0.025	0.1		0.3	0.1	<b>1.075</b>
1.5 somersault + 1 twist	<b>s1.5t1</b>	0.55	0.05				0.1	<b>0.70</b>
1.5 somersault and 1.5 twist	<b>s1.5t1.5</b>	0.55	0.125				0.1	<b>0.775</b>
2 somersaults + 0.5 twist	<b>s2t0.5</b>	0.8	0.025				0.1	<b>0.925</b>
2 somersaults + 0.5 twist forwards	<b>s2t0.5f</b>	0.8	0.025	0.1			0.1	<b>1.025</b>
2 somersaults + 0.5 twist + open	<b>s2t0.5o</b>	0.8	0.025			0.5	0.1	<b>1.425</b>
2 somersaults + 0.5 twist + open forwards	<b>s2t0.5fo</b>	0.8	0.025	0.1		0.5	0.1	<b>1.525</b>
2 somersaults + 1 twist	<b>s2t1</b>	0.8	0.075				0.1	<b>0.975</b>
2 somersaults + 1 twist + open	<b>s2t1o</b>	0.8	0.075			0.5	0.1	<b>1.475</b>
2 somersaults + 1 twist forwards + open	<b>s2t1fo</b>	0.8	0.075	0.1		0.5	0.1	<b>1.575</b>
Straight somersault 1 + 0.5 twist	<b>ss1t0.5</b>	0.3	0.025		0.275			<b>0.60</b>
Straight somersault 1 + 0.5 twist forwards	<b>ss1t0.5f</b>	0.3	0.025	0.1	0.275			<b>0.70</b>
Straight somersault 1 + 1 twist	<b>ss1t1</b>	0.3	0.05		0.275			<b>0.625</b>
Straight somersault 1 + 1 twist forwards	<b>ss1t1f</b>	0.3	0.075	0.1	0.275			<b>0.75</b>
Straight somersault 1 + 1.5 twist	<b>ss1t1.5</b>	0.3	0.125		0.3		0.075	<b>0.80</b>
Straight somersault 1 + 2 twists	<b>ss1t2</b>	0.3	0.2		0.3		0.1	<b>0.90</b>
Straight somersault 1 + 2.5 twists	<b>ss1t2.5</b>	0.3	0.25		0.3		0.175	<b>1.025</b>
Straight somersault 1 + 3 twists	<b>ss1t3</b>	0.3	0.3		0.3		0.225	<b>1.125</b>

例：1.5サマソール+1.5ツイスト：



コンポーネントBーボーナス

List of additions, bonuses, and risk-elements in Group A				
Code	For Group A:	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 and featured-swimmers both jump backwards or to each-other</p> <p>Note 2: The two featured-swimmers may be connected with each other</p>		<b>0.20</b>	
<b>Pos3</b>	<p><b>Third position</b></p> <p>This bonus should be declared only once no matter how many positions featured-swimmer will perform after the first and second declared positions.</p>		<b>0.05</b>	
Can't be in the same acro! You need to choose 1 of these!	<b>Grip</b>	<p>Connection between <b>2 featured-swimmers from the beginning</b> of the acrobatic movement and remain connected until submergence</p>		<b>0.10</b>
	<b>Conn</b>	<p>Connection between <b>support and featured-swimmer</b> (may disconnect before water entrance)</p> <p>NOTE: use this code if you have a hand-spring/ cartwheel in your acro</p>		<b>0.10</b>
	<b>Catch</b>	<p>Connection between <b>2 featured-swimmers during airborne phase</b> and remain connected until submergence (connection occurs after take-off)</p> <p>Can only be declared with other bonus Dbl</p>		<b>0.15</b>
<b>Split</b>	<p><b>Jump/Throw from split</b> (head-up) position</p> <p>Note: as position 1 coach should indicate line or kite or tuck (depending on how the acro is performed), because split is considered as "take-off" phase</p>		<b>0.15</b>	

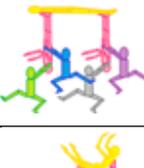
Can't be in the same acro! You need to choose one of these!	<b>Hula</b>	<p><b>"Hula hoop" action</b></p> <p>Featured-swimmer in ring/jay position enters water with support-swimmer inside the circle (which is made from legs/hands connection of featured-swimmer)</p>		<b>0.30</b>
	<b>RetSq</b>	<p><b>"Return" on the "Square" construction (Sq) after the airborne phase</b></p>		<b>0.60</b>
	<b>RetPa</b>	<p><b>"Return" on support's hands</b> after the airborne phase, before submergence.</p> <p>Featured-swimmer needs to clearly land on hands of the support. Support needs to be <b>not lower than waist level</b></p>		<b>0.50</b>
<b>Feet</b>	<p><b>Jump from feet</b> (feet/feet connect between support and featured-swimmer)</p>		<b>0.025</b>	

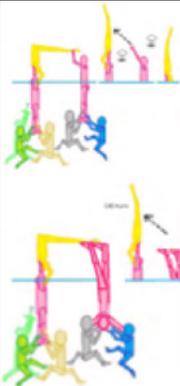
29.7.1.4 グループ B

コンポーネント C - コンストラクション

注：特に指定がない限り - (フィーチャードスイマーは最初から最後までサポートスイマーやベーススイマーの上にいること)

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	Airborne weight	Area of full construction, Proximity between swimmers	Tempo of acceleration and push (lift/throw)	Total
1		Stack (classic) OR Stack + spotter/s (1 or 2 or 3 or 4 or more)	<b>St</b>	Med-Hard	High level of sustainability + low vestibular load	Free body position	1+1	Type 2	Med-fast	<b>1.00</b>
				0.25	0	0.1	0.2	0.2	0.25	
2		Stack head-down Support in any position also can have spotters (from 1 to 4)	<b>StH</b>	Med-Hard	Low level of sustainability + high vestibular load	Free body position	1+1	Type 2	Med-fast	<b>1.10</b>
				0.25	0.1	0	0.2	0.3	0.25	

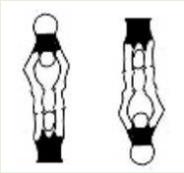
3		Stack 2 head-up supports (f-swimmer remains from beginning to the end on support-swimmers)	<b>2SupU</b>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (0.1+0.1)	straight body 1+1	1+0.5+0.5	Type 2	big-med	<b>1.05</b>
				0.3	0	0.2	0.2	0.2	0.15	
4		Stack 2 head-down supports	<b>2SupD</b>	Hard	Low level of sustainability+ high vestibular load 1+1	straight body 1+1	1+0.5+0.5	Type 2	med	<b>1.30</b>
				0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	
5		Stack 2 supports (one of them head-down)	<b>2SupM</b>	Hard	Combined (1 head-up+1 head-down)	straight body 1+1	1+0.5+0.5	Type 2	big-med	<b>1.15</b>
				0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.15	
6		Stack 2 head-down supports+2 featured-swimmers	<b>2SupD 2F</b>	Hard	Low level of sustainability+ high vestibular load 1+1	straight body 1+1	1+1+0.5+0.5	Type 2	med	<b>1.60</b> (+0.2 bonus for connection between 2 f.swimmers)
				0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	
7		Simple Lift	<b>L</b>	Low	no	no	1+ bonus	Type 1	fast	<b>0.70</b>  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)
				0.1	0	0	0.2	0.1	0.3	
7	Can be done from surface							Lift+ spotters (that joins construction later)		
8		Lift two featured-swimmers or more (they must form 1 construction) and must be connected!	<b>L2F+</b>	Medium	no	no	2	Type 1	slow-med	<b>0.80</b> (+0.2 bonus for connection between 2 or more f.swimmers)
				0.2	0	0	0.2	0.1	0.1	

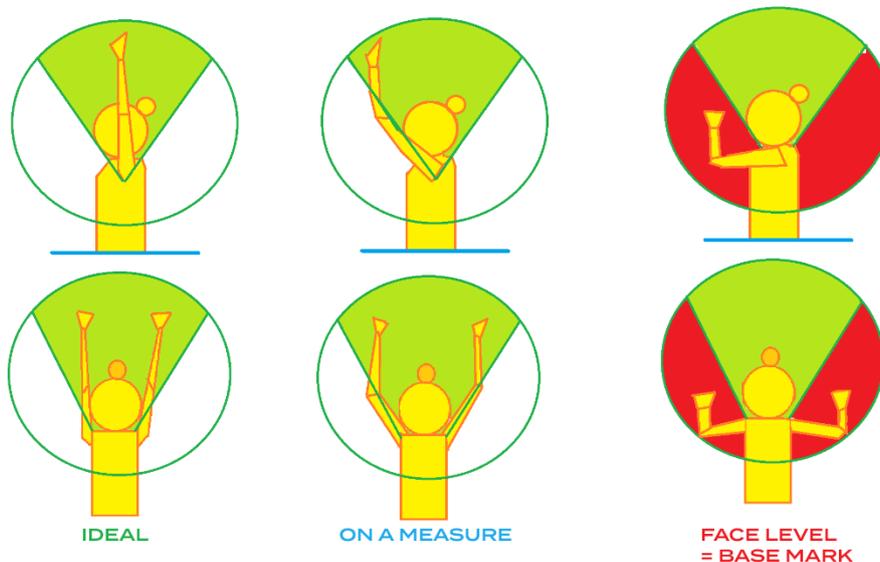
9		<p>"Transitional Stack"</p> <p>(Any 2-stack formation #3-2SupU, #4-2SupD, #5-2SupM, #6-2SupD2F) with disconnection</p>	<b>St&gt;</b>	Hard	Optional	Free body position	1+0.5+0.5	Other	small+bonus 0.025 FOR TRANS- CONNECT AND BAL- ANCE	<b>1.025</b>
				0.3	0.1	0.1	0.2	0	0.3+0.025	
10	 <p>RISKY!</p>	<p>Lift on heads</p> <p>(only on heads. No options as: on 2 head+on 2 shoulders etc. ON HEADS ONLY!)</p>	<b>LH</b> +0.3 bonus for head connection	Hard	no	No	1	type1	med (+0.3 bonus for head connection)	<b>1.00</b>
				0.3	0	0	0.1	0.1	0.2+0.3	
11	 <p>RISKY!</p>	<p>Lift on heads +2 f-swimmers</p> <p>(the same "heads rule as in number 10)</p>	<b>Lh2F</b> +0.3 bonus for head connection+0.1 for connect between 2 f-swim	Hard	no	No	2	type1	slow-med (+0.3 bonus for head connection)+connect between 2 f.swimmers	<b>1.10</b>
				0.3	0	0	0.2	0.1	0.1+0.3+0.1	

コンポーネントD-方向  
グループBには該当しない

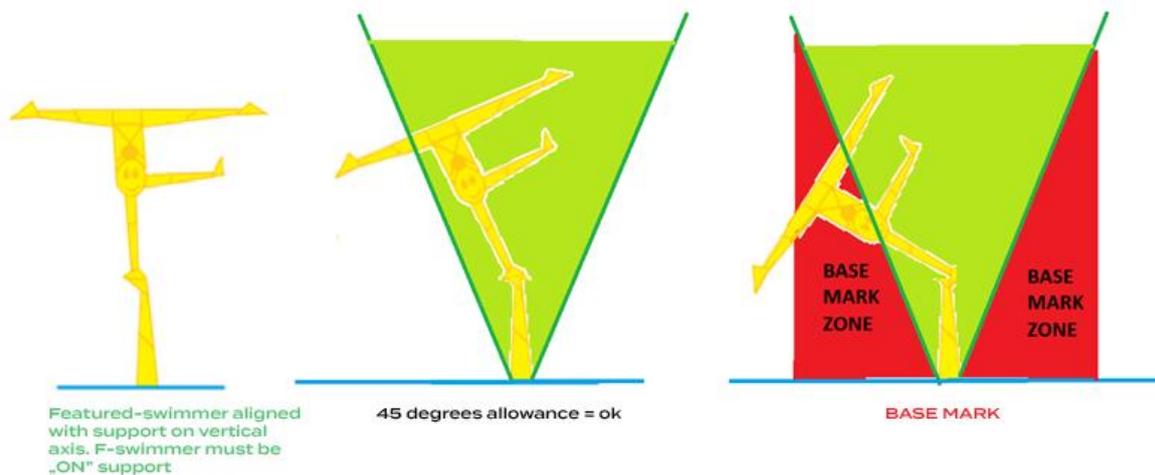
コンポーネントSーサポートエリア／コネクションのタイプ

- ハンドスタンドにおけるすべての連結 (PP、1P1P、Px1P、PF、1P1F、PF\*) は、グリップの説明に特に指定がない限り、最初から最後まで両腕をストレートにして行わなければならない。(サポートスイマーが沈むまで)
- これは、フィーチャードスイマーとサポートスイマーの両方に適用され、両腕のわずかな曲げが許されるのは頭の境 (具体的には「顔」と定義される) までである。両腕は顔よりも低い位置で曲げることはできない (顔＝頭頂部からあごまで)。
- \*PF の場合、サポートスイマーは両脚をストレートに保ち、サポートスイマーの両脚が曲がることはエクスキューションの問題となる。
- サポートスイマーの片腕または両腕は、コーン内、つまり45°の範囲に保たなければならない (このルールはグループCにも適用される)。サポートスイマーの両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、FPx、1F1Pにも適用される。

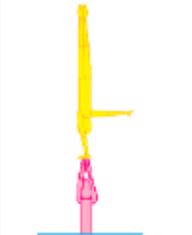
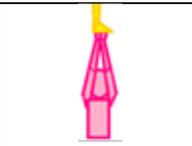
Ok	
BM	

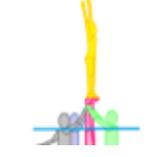
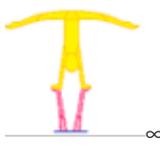
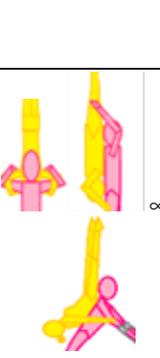
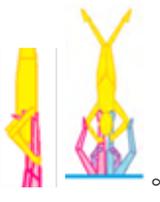


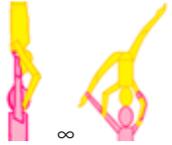
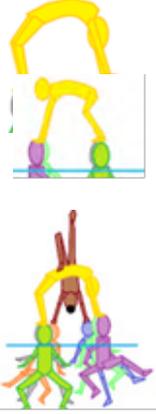
- **ハンドスタンド**は、安定した逆さまの垂直ポジションで身体を**手のひら**で支える動作である。基本的なハンドスタンドは、身体はまっすぐに保たれ、両腕（耳の近く）と揃えた両脚は完全に伸ばされ、手は肩幅ほどに開く。ハンドスタンドには多くのバリエーションがあり、いずれもパフォーマーが十分なバランスと上半身の筋力を持つことが必要である。
- サポートスイマーと一緒にフィーチャードスイマーが2つの連結／グリップ（例：PPとその後にPx1P）－最初のを申告しなければならない（以下の例ではPPになる）。
- グループ **B** および **C** のハンドスタンドの両腕または片腕でバランスを取る場合、フィーチャードスイマーはサポートスイマーと垂直軸で並び、入水するまでその位置を保たなければならない。垂直軸から45°の許容範囲があり（サポートスイマーとフィーチャードスイマーの身体の中央を通る見えない垂直線）、45°のコーンはサポートスイマーの水面からスタートポイントとする（コンストラクションが回転している間も同様）。フィーチャードスイマーはサポートの「上」に常にいなければならない。
- 注：このハンドスタンドに関するルールはグループCの「Jump」や「On1Foot」のボーナスにも適用される。



- グリップの絵の近くに∞マークがある場合－Bグループで指定された種類のコネクションを持つ「Transitional Stack (トランジショナル スタック)」(St>) というコンストラクションを用いたアクロバティック動作に使用できる。

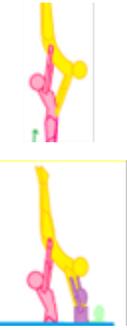
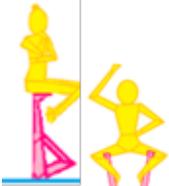
Area of support - Group B									
No.	Picture	Type of Connection	Area of both Supports	Support	Featured-Swimmer	Average	Capture	Bonus/Deduction	Total
1	 straight arms (both)	1 palm on 1 palm  Extra small + Extra small  <b>1P1P</b>	Extra small  +  Extra small	1.2 (average for both)			Capture	0.3 - Vertical body on palm  -0.2 for stabilization catch un support arm	<b>1.30</b>
2		<b>Featured swimmer stand by foot on 1 palm of the support swimmer</b>  <b>1P1F</b>	Extra small+ small	1.2	0.5	0.85	yes	+0.2 ALL BODY ON 1 PALM	<b>1.05</b>
3	 straight arms (both)	<b>Featured swimmer balances on 1 palm on the "XS" type of grip of the support swimmer</b>  <b>Px1P</b>	Extra small  +  Extra small	0.6	1.2	0.9	Capture	0.2 Vertical body on palms!	<b>1.10</b>
4	 straight arms (both)	Palms / palms  <b>PP</b>	Extra small  +  Extra small	0.6	0.6	0.6	Capture	0.2 Vertical body on palms	<b>0.80</b>
5	 straight arms (support)	Feet (featured-swimmer) on palms (support) XS  <b>FPx</b>	Extra small  +  small	0.6	0.5	0.55	Capture	+0.15 for power press	<b>0.70</b>
6	 straight arms (support)	Feet (featured-swimmer) on palms (support)  <b>FP</b>	Extra small  +  small	0.6	0.5	0.55	Capture	+0.15 for power press	

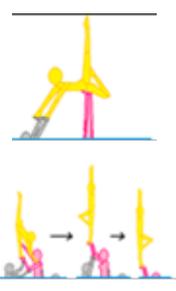
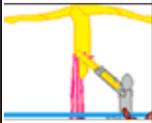
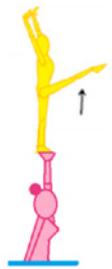
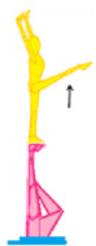
7		Feet (featured-swimmer) on feet (support)  <b>FF</b>	Small + small	0.5	0.5	0.5	No capture!	+0.1 no hand connection between supporters and featured-swimmer  (if in construction there is no "spotters")	<b>0.6</b>
8		Feet (featured-swimmer) on feet (support) with spotter/s  <b>FF/</b>	Small + small	0.5	0.5	0.5	No capture!	-0.15 for additional spotters help on side	<b>0.35</b>
9		Palms (featured-swimmer) on feet (support)  <b>PF</b>	Extra small + small	0.6	0.5	0.55	Capture	- 0.1 for capture with support	<b>0.45</b>
10		Lower back touch shoulder blades OF THE SUPPORT (blind connection)  <b>SiSb</b>	Small + medium	0.5	0.3	0.4	Capture	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>0.5</b>
11		"Backpack" grip: Back-to-back blind connection  <b>Bp</b>	Big + Big	0.1	0.1	0.1	Capture	0.2 (for blind connection) - 0.15 for strong "double" hand connection between 2	<b>0.15</b>
12		Shoulders (featured-swimmer) on feet  <b>ShF</b>	Small + medium	0.5	0.3	0.4	Capture		<b>0.40</b>

13		<p>"Eiffel" grip: Palms on shoulders/ palms on shoulders (it's not a handstand!)</p> <p><b>E</b></p>	<p>Me- dium/Small+M edium/ small</p>	<p>0.5 0.3</p>	<p>0.5 0.3</p>	<p>0.4</p>	<p>Capture</p>	<p>-0.05 close to center of mass</p>	<p><b>0.35</b></p>
14		<p>Palm (featured swimmer) on head (support) + palm / palm</p> <p><b>PH/</b></p>	<p>Extra small + extra small + help</p>	<p>0.6</p>	<p>0.60</p>	<p>0.6</p>	<p>Capture</p>	<p>Plus connection head 0.15  0.3- all body on palms</p>	<p><b>1.05</b></p>
15		<p>Lift on 2-4 heads of base-swimmers</p> <p><b>LiH</b></p>	<p>4 medium supports = big sustainability</p>	<p>0.1</p>	<p>0.1</p>	<p>0.1</p>	<p>Capture</p>	<p>0.2 bonus for head connection</p>	<p><b>0.30</b></p>
16		<p>All featured-swimmer's body on palms (lay or sit)</p> <p>May have additional connection to support</p> <p>Note: support -swimmer's arms ABOVE or on a same level with head!</p> <p><b>AP</b></p>	<p>Extra small + big</p>	<p>0.6</p>	<p>0.1</p>	<p>0.35</p>	<p>Capture (close to support center of mass)</p>	<p>Bonus 0.1 all body on palms; (close to support center of mass) (-0.1)</p>	<p><b>0.35</b></p>

17		<p>Sit or lay on shoulders</p> <p><b>sis</b></p>	<p>Medium + big</p>	0.3	0.1	0.2		<p>(close to support center of mass) (-0.1)</p>	<b>0.10</b>
18		<p>Feet (feathered-swimmer) on shoulders (support)</p> <p><b>FS</b></p>	<p>Medium + small</p>	0.3	0.5	0.4	<p>Capture by support</p>	<p>-0.3 (for 2 hand capture by support) -0.15 for Stable, not risk connect -stabilization balance (divide by 2)</p>	<b>0.025</b>
19		<p>Foot on a shoulder + can have connection with support athlete</p> <p><b>FIS</b></p>	<p>Medium + Small</p>	0.3	0.5	0.4	<p>Extra help from support</p>	<p>minus 0.3 for extra support (2 hands+leg sometimes)</p>	<b>0.10</b>

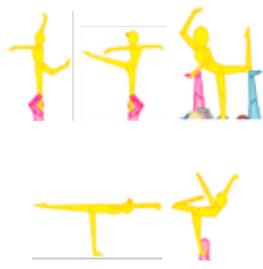
20		<p>"Lemur" grip</p> <p>Construction</p> <p>2 support athletes with at least 1 head-up. Featured-swimmer lays, stands, hangs, sits on their hands or in a head-down position (or featured.swimmer holds the shoulders of one of the supports)</p> <p><b>Le</b></p>	Big + small	0.1	0.5	0.3	Capture	Minus 0.15 for 2 supports	<b>0.15</b>
21		<p>"Tower" grip</p> <p>Construction</p> <p>2 support athletes head-down, f-swimmer lay, stand, hang, sit on their hands or in a head-down position</p> <p><b>Tow</b></p>	medium + medium	0.3	0.3	0.3		Minus 0.2 for capture +0.025 for feet connect	<b>0.125</b>
22		<p>Simple lift (base athletes hold featured-swimmer)</p> <p>Or</p> <p>"Full body" Lift on hands</p> <p>Note: featured-swimmer may support on head/s of the base-swimmers/ spotters</p> <p><b>Li</b></p>	Small + big	0.5	0.1	0.3	Capture	-0.2 (for 3 or more hands capture by base-swimmers; stable)	<b>0.10</b>

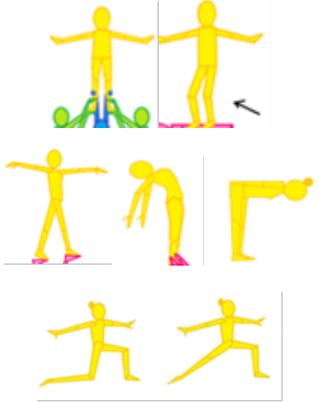
23		<p>"Chameleon" grip</p> <p>Construction 2 supports, one of them h-down; featured-swimmer connects to them by stomach, hands and legs (3points)</p> <p><b>Ch</b></p>	Medium+medium+Small+Small = average	0.3 0.3	0.5 0.5	0.4	Capture	Minus 0.2 for 2 supports	<b>0.30</b>
24		<p>Twins</p> <p>Featured-swimmer holds the stomach of support and support holds the pelvis of featured-swimmer Or Featured-swimmer holds the shoulders of the spotter and support holds the pelvis of featured-swimmer</p> <p><b>Tw</b></p>	Big + big	0.1	0.1	0.1	Capture		<b>0.10</b>
25		<p>Lay/Hang on Feet</p> <p><b>LayF</b></p>	Small+ Big	0.5	0.1	0.3		-0.15 close to the support (center of mass lays exactly on support)	<b>0.15</b>
26		<p>Sit on feet or 1 foot of the support-swimmer</p> <p><b>SIF</b></p>	Extra small  0.5	Med  0.2	0.35			-0.1 for center of mass close to support -0.05 for stability catch	<b>0.20</b>
27		<p>Construction</p> <p>2 support athletes head-up, featured-swimmer 1 leg stays on a head of first support and 2<sup>nd</sup> leg on palms (near head)</p> <p><b>1FH+1FP</b></p>	Small+ extra small + Extra small + Small+ help	0.5	0.6	0.55	Capture	Plus connection head 0.2 Minus -0.2 for 2 supports	<b>0.55</b>

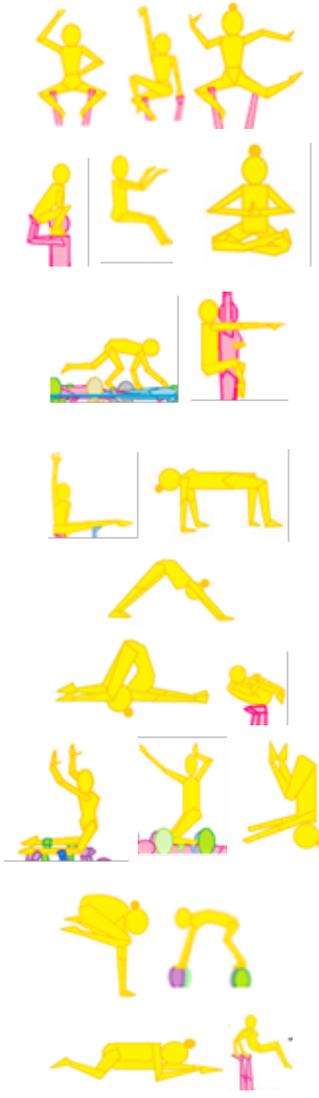
28		<p>Sit, stand or lay on Stack or Stack head-down+ spotter/s</p> <p><b>S+</b></p>	Small+ Big	0.5	0.1	0.3		-0.25 for spotters	<b>0.05</b>
		   							
29		<p>1 foot on 1 palm</p> <p><b>1F1P</b></p>	Small+ extra small	1.2	0.6	0.85	yes	+0.4 ALL BODY ON 1 PALM	<b>1.25</b>
30		<p>1 foot on 1 foot</p> <p><b>1F1F</b></p> <p>Leg of the support-swimmer on which featured-swimmer balances must be straight. The leg on which featured-swimmer stands must be straight.</p>	Small+small	0.5	0.5	0.5		<p>Bonus for no connect 0.1</p> <p>1 body part multiply on 2</p>	<b>1.10</b>

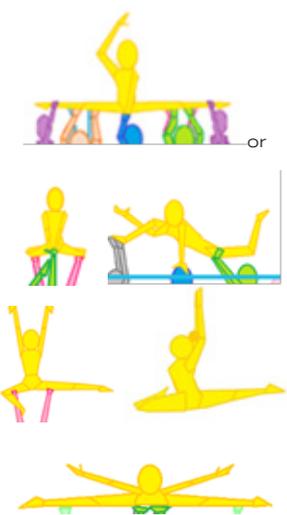
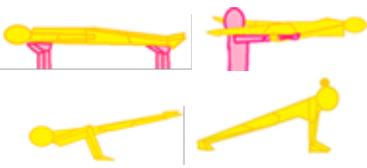
コンポーネントP-ポジション

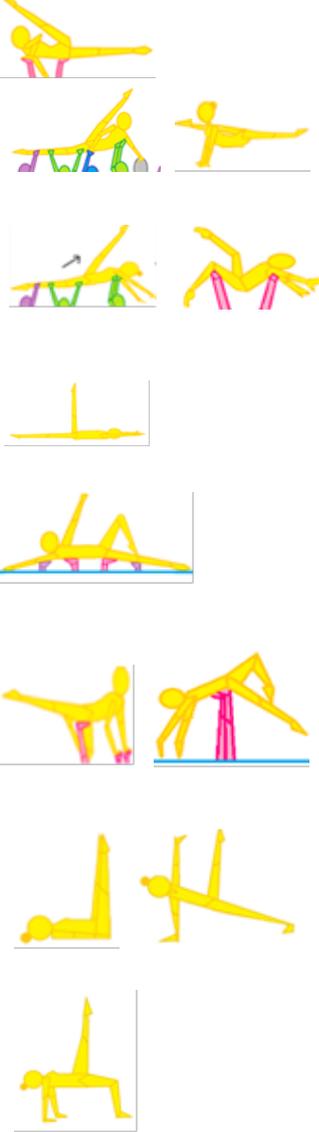
Group B Positions								
No.	Picture	Name and code	Vesti-bu-lar load/ Difficulty to bal-ance	Presence or absence of a helping hand (capture)	Type and level of flexibility+ Devia-tion of torso from inner axis	Total	Value If Position 2	Code for position 2 (level)
Stand on 1 Leg								
Forwards/Sideways								
1		Heron	Stand on 1 leg	Can be with or without capture	Leg (thigh) 90	<b>0.10</b>	0.05	<b>2he</b>
		he	can be with arch in back	0.075	0			
2	<p style="text-align: center;">both legs straight</p>	Vertical Split	Stand on 1 leg	Can be with or without capture	Fold (leg forwards or sideways 180)	<b>0.30</b>	0.10	<b>2vs</b>
		vs		0.075	0			

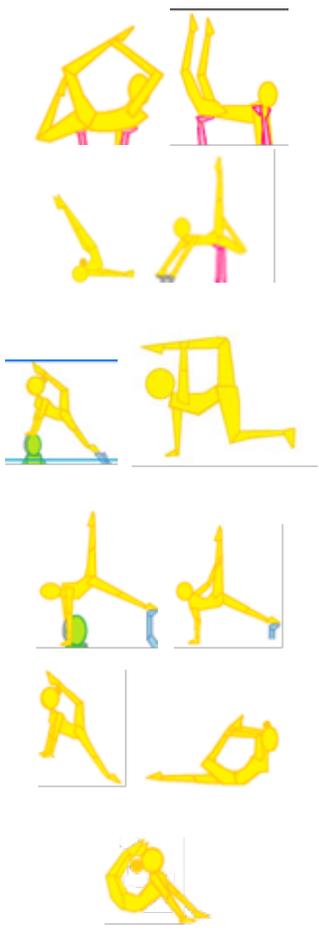
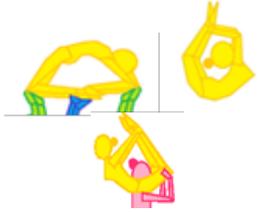
3	 <p>Must see capture (not just touch) with both arms and opposite arm behind the head OR just 1 opposite arm, also behind the head</p>	Glass	Stand on 1 leg	Yes (opposite arm behind head!) or 2 hands one of them behind head or in line with head	Misc (side 180)	<b>0.40</b>	0.20	<b>2gl</b>	
		<b>gl</b>	0.075	0.025	0.3				
Backwards (Positions in this subgroup must differentiate from positions "sideways". We need to see hips square, and leg moves backwards!)									
4		Ballerina	Stand on 1 leg	Can be with or without capture	Arch (leg back 90 degrees and more) May have torso forwards	<b>0.10</b>	0.05	<b>2ba</b>	
		<b>ba</b>	0.075	0	0.025				
		can lean forward							
5	 <p>Must have leg capture (any arm)</p>	Sail	Stand on 1 leg	Must have leg capture (any arm)	Arch (leg back 90 degrees and more) must have torso forward 90 degrees	<b>0.25</b>	0.10	<b>2sa</b>	
		<b>sa</b>	0.075	0.025	0.15				
6		Needle	Stand on 1 leg	Can be with or without capture (needle special)	Arch (torso forward 90 or more+180 degrees between legs (both straight))	<b>0.40</b>	0.20	<b>2ne</b>	
		<b>ne</b>	0.075	0.1	0.225				

7	 <p>Blind capture required or opposite arm capture (elbow/s look forward - not a "side" capture!)</p> <p>Leg can be on a shoulder</p>	Eye	Stand on 1 leg	Yes + blind grip moving leg or opposite arm capture	Leg backward 135 (0.25) + torso forward 45 (0.1)	<b>0.50</b>	0.25	<b>2ey</b>	
		ey	0.075	0.2	0.225				
Stand on 2 Legs									
8		Stand	no	-	Can have an arch in back	basic <b>0.05</b>	0.025	<b>2sd</b>	
		sd	0	0	0.05				

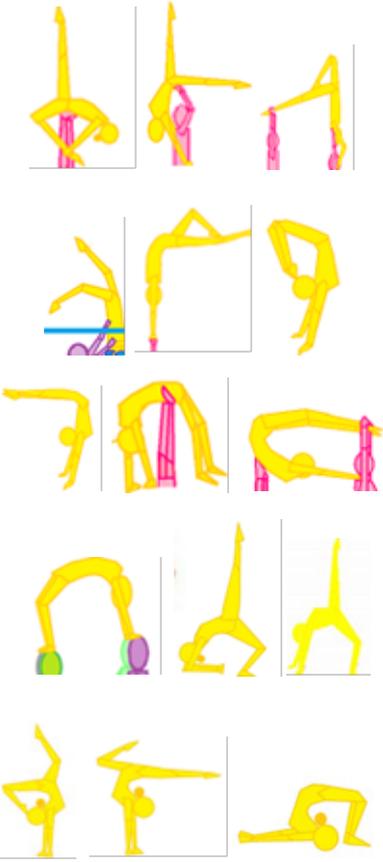
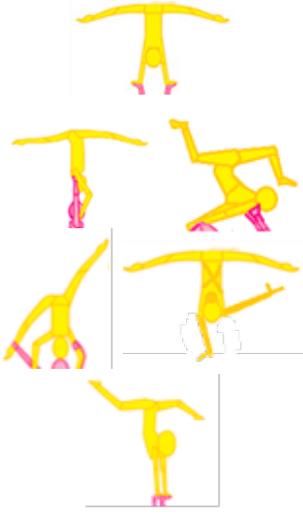
Sit or Lay or Stand (on all 4 or 3)								
9		Monkey	Sit/Lay/stand	Can be with or without capture	Basic. Free positions where legs are close to centre of mass (ie. Tuck variations, sit positions etc)	0.10	0.05	2mo
			mo	0.05	0			
10	 <p>Legs straight and torso touches legs</p>	Shrimp	Sit/Lay/stand	Can be with or without capture	Both legs straight can be together or spread. Torso touch legs (legs are within 45 degrees of the torso incl. the allowance)	0.125	0.0625	2sh
			sh	0.05	0			

11		Split	Sit/Lay/st and	Can be with or without capture	(90 side + 90 side or Front split) 0.05.	<b>0.30</b>	0.15	<b>2spl</b>
		<b>spl</b>			must have from knee-to knee alignment of 180 degrees with 45 degrees allowance Leg/s might be bent.			
		(can be lay on stomach or back)	0.05	0	0.25			
12	 <p>Blind capture required</p>	Harp	Sit/Lay/st and	Must have blind or opposite arm capture	Must be an extension between thighs *from knee to knee* 180. Leg/s might be bent.	<b>0.50</b>	0.25	<b>2hp</b>
		<b>hp</b>						
			0.05	0.1	0.35			
13	 <p>Can be also on stomach or on the side</p>	Scissors	Sit/Lay/st and	-	Straight aligned body	<b>0.1</b>	0.05	<b>2sc</b>
		<b>sc</b>						
			0.05	0	0.05			
14		Cobra	Sit/Lay/st and	-	Straight body +arching up-to 90 degrees	<b>0.15</b>	0.075	<b>2co</b>
		<b>co</b>						
			0.05	0	0.1			

15		Flamingo	Sit/Lay/st and	Can be with or without capture	Str body +90 (1 or 2 legs bent or straight) and more sideway or for- ward	<b>0.25</b>	0.125	<b>2fi</b>
			<b>fi</b>	0.05	0			

16		Scorpio	Lay/sit HEAD-UP or head in line with torso/ stand	Can be with or without capture	Str body +leg/s Arch back- ward. 90+	<b>0.25</b>	0.125	<b>2so</b>
		<b>so</b>	0.05	0	0.2			
17	 <p>Blind capture with 2 legs and 2 arms</p>	Turtle	Lay	Yes (Blind capture with 2 legs and 2 arms)	Arch In back	<b>0.35</b>	0.175	<b>2tu</b>
		<b>tu</b>	0.05	0.15	0.15			
18	 <p>Blind capture with 1 leg and 2 arms or with opposite arm</p>	Pin	Lay	Yes 2 arms blind capture or opposite arm	180 between straight legs+ arch in back	<b>0.6</b>	0.3	<b>2pi</b>
		<b>pi</b>	0.05	0.20	0.35			

Head-Down								
19		Bamboo	Head-down	-	Basic (straight) Allowed: small arch or variation of the legs in 45 degrees from vertical =in-side/within vertical cone	<b>0.15</b>	<i>0.075</i>	<b>2bb</b>
		<b>bb</b>	Can be on 1 hand	0.1	0			
20		Box	Head-down	-	Legs forwards or sideways. Everything between split and 45 degrees from vertical line. Legs can be straight, bent or both.	<b>0.25</b>	<i>0.125</i>	<b>2bo</b>
		<b>Bo</b>	Can be on 1 hand	0.1	0			

21		Willow	Laying/ Head-down	May have capture	90 degrees back arch	<b>0.275</b>	<i>0.1375</i>	<b>2wi</b>
		<b>wi</b>	Can be on 1 hand	0.15	0			
22	 <p>Must have from knee-to-knee alignment of 180 degrees with 45-degree allowance</p>	Owl	Head-down	May have hand capture	Leg forward 90+back 90 or both legs 90 degrees sideways	<b>0.3</b>	<i>0.175</i>	<b>2ow</b>
		<b>Ow</b>	(Any split head-down) Can be on 1 hand	0.15	0			

Extreme Flexibility (For Advanced Level) Warning/Caution - very risky - May cause injury!								
23	 Blind capture with 2 arms	Drop	Head-down Stand on 2 legs!	Yes (blind capture with 2 arms)	Arch (back almost 180)	<b>0.55</b>	0.275	<b>2dr</b>
		<b>dr</b>	0.15	0.2	0.2			
24	 Blind capture with 2 arms or opposite arm	Queen	Head-down+ Stand on 1 leg	Yes (blind capture with 2 arms or opposite arm)	Arch (back almost 180)+1 must have from knee-to knee alignment of 180 degrees with. Legs straight	<b>1.00</b>	0.50	<b>2qu</b>
		<b>qu</b>	0.25	0.2	0.55			

### コンポーネント R - コンストラクションベースのローテーション

サポートスイマー（スタックまたはスタックヘッドダウン）の回転は、サポートスイマーが回転を開始した時点からカウントを開始する。時には水中から上昇中に回転が始まったり、回転中にフィーチャードスイマーが脚を上げていたりするが、これらはBMではない。

Values of the Construction Base in group B						
Type	Degree of rotation					
	90°	180°	360°	540°	720°	To be used with these type of connections
Value* for Stack where:  <b>The support-swimmer is head up and the legs of the featured-swimmer are not at 135-180 degrees throughout the rotation.</b>  *Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates on the vertical axis.  OR  <b>In 2 Support construction (# 3 ie.2SupU), one of the supports twirls (or turns more than 180) and featured-swimmer remains connected to both support-swimmers while one of them is rotating.</b>	-	<b>r0.5</b>	<b>r1</b>	<b>r1.5</b>	-	#5 - FPx #6 - FP #10 - SiSb #11 - Bp #13 - E #16 - AP #17 - SiS #19 - F1S #24 - Tw #28 - S+  And possible: #29 (1F1P) and #30 (1F1F)
Value* for Stack where the <b>featured-swimmer stands on 2 feet on the shoulders of the support-swimmer.</b>  *Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates on the vertical axis.		<b>r0.5/</b>	<b>r1/</b>	<b>r1.5/</b>	-	FS connection (#18)
		<b>0.05</b>	<b>0.10</b>	<b>0.15</b>		

<p>Value* for Stack head-up where <b>featured-swimmer stands on 1 leg and other one is at 135 to 180 degrees.</b></p> <p>Note: the position must be maintained through the whole rotation of the construction (or position 2 must be with equal "leg-position" degree (135-180) to first position (ie Eye, Needle, Sail, Vertical Split to Glass etc).</p> <p>*Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates on the vertical axis.</p>	-	r0.5+	r1+	r1.5+	r2+	<p>To be used with connections:</p> <p>#19 – F1S #5 - FPx #6 - FP</p> <p>Possible: #29 (1F1P) and 30 (1F1F) only if the leg remains through rotation in 135-180-degree for all 2 or more positions</p>
<p>Value* for Stack where <b>featured-swimmer is in "Handstand" connections categories.</b></p> <p>OR</p> <p>Value for Stack when <b>Support-swimmer is head-down</b></p> <p>*Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates on the vertical axis.</p>		-	r0.5!	r1!	r1.5!	r2!
<p>Value for Lift</p> <p>Big water resistance for base athletes while <b>all construction</b> rotates including base-swimmers.</p> <p>Rotation starts from the surface, not from underwater.</p> <p>Note: the same rotation of the construction is possible to happen in group C, while main featured-swimmer fly above rotating lift. In this case TC must see arms of base-swimmers and identify a turn (TC must that the whole formation turns)</p>	r/L		r0.5L	r1L	-	-
	0.40	0.50	0.80			

**注:**

コンストラクションのベース回転の方向 (左右)は値に影響しない。

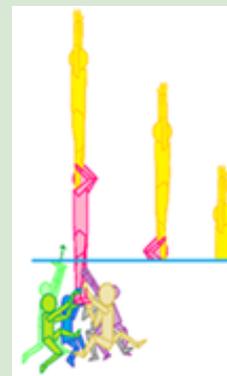
今のところ、グリップ20 (Le)、21 (Tow)、23 (Ch)では、コンストラクションは回転しない。サポートスイマーが回転せずに、フィーチャードスイマーだけが回転する場合 (例えば、水没中にフィーチャードスイマーだけが回転する場合は、回転ボーナス、すなわち「Twirl」を申告することができる。

**TCの注意点**

\*スタックまたはヘッドダウンのスタックの回転が申告された場合、TCは、フィーチャードスイマーが、許容範囲までに回転を完了することに加え、サポートスイマーの回転がコンストラクションベースの回転であることを確認すること。

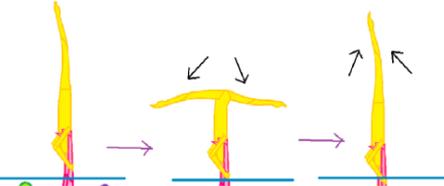
\*サポートスイマーが水没しているが、回転が続いていることが確認できる場合、フィーチャードスイマーの回転を見て、許容範囲までの回転数で回転していることを確認する。(フィーチャードスイマーだけがコネクタされていない状況で回っているように見えてはいけません)

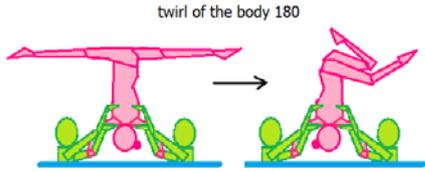
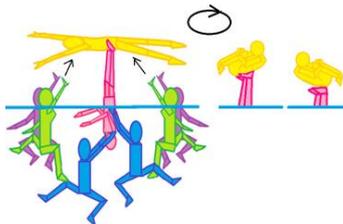
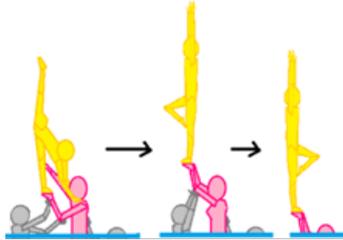
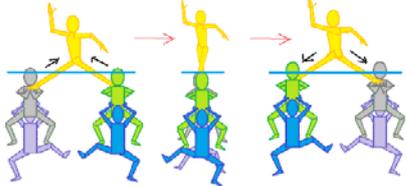
\*高さにおけるエクスキュージョン力が低く、サポートスイマーが見えない場合は、上記のようにフィーチャードスイマーを見る。

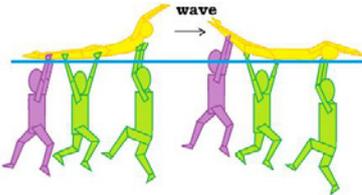
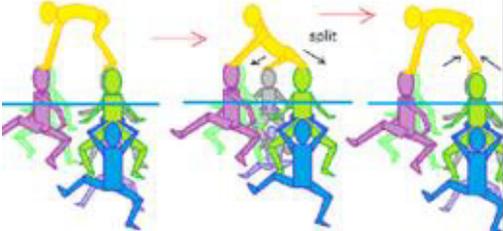


**コンポーネントT-ローテーションの面と角度**  
グループBには該当しない

**コンポーネントB-ボーナス**

List of additions, bonuses, and risk-elements in Group B			
Code	For Group B		Value
<b>Dbl</b>	<b>Synchronized actions for double acrobatic movements</b>		<b>0.20</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, 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>

Can't be in same acro!	<b>Twirl</b>	<p><b>"Twirl"</b> of featured-swimmer in group B 180-360 (head-up or head-down).  <u>Support-swimmer does not move.</u> Featured-swimmer turns to opposite direction (like in 2-direction twist) if head-down) or rotates on feet or palms of the support (if head-up). <u>Only the featured-swimmer rotates</u>, all other/s (support or base-swimmer/s) <u>stay static</u> (movement is like a ballet dancer on their "pointe shoe")</p>		<b>0.10</b>
	<b>RotF</b>	<p>Featured-swimmer <b>rotates on feet</b> of support 180-360°  <u>The support-swimmer remains in their position</u> (Support remains static!) but the featured-swimmer rotates on their feet without leaving the support <b>in horizontal plane</b>.  It is <b>NOT</b> rotation of the construction. Featured-swimmer can be on stomach or on a back.</p>		<b>0.10</b>
<b>Hold</b>	<p style="text-align: center;"><b>Long holding lift</b> (3 seconds and more)</p> <p>Time starts when featured-swimmer achieves maximum height and ends when featured-swimmer starts submerging</p> <p>When you have rotation of the construction or bonus for moving base lift you can't declare Hold bonus unless it happens separately – ie you complete Hold and then do a rotation or "Mov"</p> <p>Can't be declared at the same time with "Mov" or "Moon" bonus</p>		<b>0.50</b>	
<b>SdUp</b>	<p style="text-align: center;"><b>Stand-up</b> (lifting torso) from head-down position</p> <p style="text-align: center;">Example: Needle to Heron</p>		<b>0.10</b>	
<b>Moon</b>	<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. It can either be move of 1 leg, other remains static or moving both legs at the same time. Legs move forwards/backwards.</p>		<b>0.25</b>	

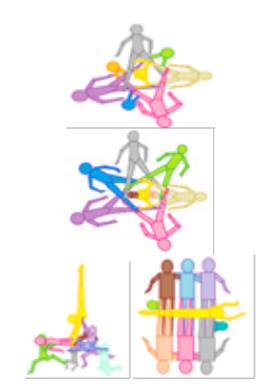
<p><b>Wave</b></p>	<p><b>“Wave” movements</b> (featured-swimmer/s must be lifted away from surface)</p>		<p><b>0.10</b></p>
<p><b>Mov</b></p>	<p><b>Moving base lift</b> (base-swimmers move backward and then return)  OR  Moving base lift (base-swimmers pass through each-other (under featured-swimmer))</p>		<p><b>0.30</b></p>

29.7.1.5 グループP

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続ける場合など）。

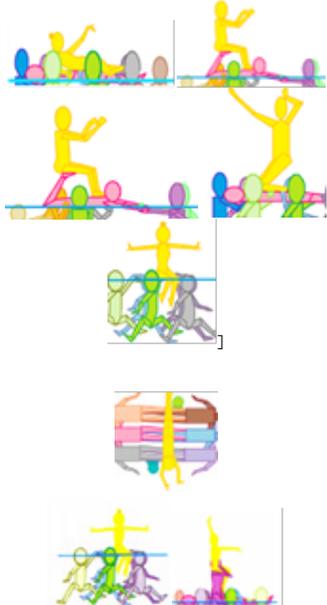
No.	Picture	Name and number of levels	Difficulty of coordinating actions and number formations	Support: Body position and level of sustainability	Support: Type and level of flexibility or maintain position	Air-borne weight	Area of full construction, Proximity between swimmers	Tempo of acceleration and push (lift/throw)	TOTAL
1		<p>Platform (Support straight body) Or with bent knees Or Box construction</p> <p><b>P</b></p>	<p>Hard</p> <p>0.3</p>	<p>High level of sustainability+ low vestibular load (laying)</p> <p>0.1</p>	<p>straight body</p> <p>0.1</p>	<p>2+ may have bent knees</p> <p>0.2</p>	<p>Type 2</p> <p>0.2</p>	<p>slow-med</p> <p>0.1</p>	<p><b>1.00</b></p>
2A		<p>Straight body with bent knees</p> <p><b>Knees</b></p>	<p>Hard</p> <p>0.3</p>	<p>High level of sustainability+ low vestibular load (laying)</p> <p>0.1</p>	<p>straight body</p> <p>0.1</p>	<p>2+ may have bent knees</p> <p>0.25</p>	<p>Type 2</p> <p>0.2</p>	<p>slow-med</p> <p>0.1</p>	<p><b>1.05</b></p>

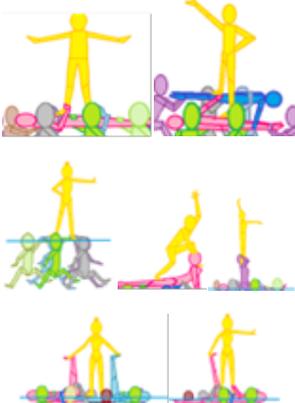
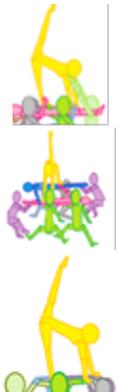
2		Platform (Support Ballet Leg) <b>B</b>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	leg forward 90 degrees	2+leg straight	Type 2:	slow-med	<b>1.20</b>
			0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.1	
3		Platform (Support Double Ballet Leg) <b>DB</b>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	leg forward 90 degrees	2+two legs straight	Type 2:	slow-med	<b>1.30</b>
			0.3	0.1	0.2	0.4	0.2	0.1	
4		Platform (Support on stomach with bent knees) or in arch "Chariot" <b>Chariot</b>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	straight body+ bent knees or arch	2	Type 2	med	<b>1.15</b>
			0.3	0.1	0.15	0.2	0.2	0.2	
5	 Important: there <b>MUST</b> be base-swimmers under <b>both</b> support-swimmers.	Platform from 2 supports (any variations: straight bodies, 1 or 2 Double or Single Ballet Leg or any combination of above) <b>2S</b>	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying) 1	static straight body or ballet legs?	3	Type 2	slow-med	<b>1.10</b>
			0.3	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	
 Can be 2 supports in Double Ballet leg									
6		Platform "Flower" (3-7 swimmers form a support from legs) + Others are base-swimmers <b>Flower</b>  Minimum requirement for this acro: 1 base-swimmer+ 3 support-swimmers+ 1 featured-swimmer= total 5 athletes	Med	no	static straight body	4-8	Type 3	-	<b>1.00</b>
			0.1	0	0.1	0.8	0	0	

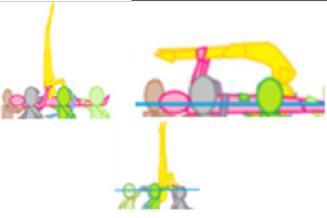
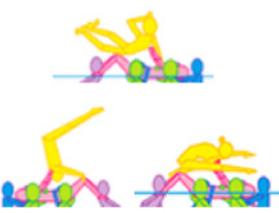
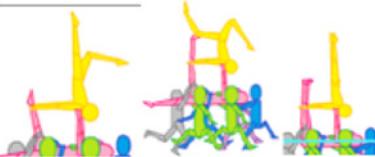
7	 may or may have not base-swimmers	Platform made from hands	Hard	no	no	1	Type 2	med	<b>0.80</b>
		<b>Hand</b> Important may or may have not base-swimmers	0.3	0	0	0.1	0.2	0.2	
8		Platform 4 levels	Very-Hard	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	straight body	3	Type 2	slow-med	<b>1.20</b>
		<b>P4</b> (4 levels!)	0.4	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	

コンポーネントD-方向  
グループPは該当しない

コンポーネントS-サポートエリア/コネクションのタイプ

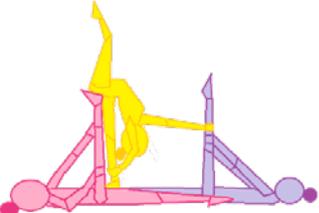
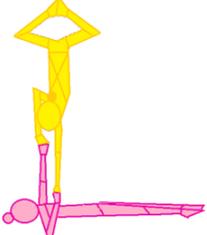
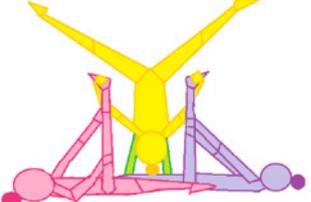
Area of support - Group P								
No.	Picture	Type of Connection	Support	Featured Swimmer	Average	Capture (support/base holds f.swimmer)	Bonus/Deduction	Total
1		Sit or Lay on straight body also apply: (Sit, Lay, Head-down or stand) on Flower construction  <b>SiA</b>	Big	Big (legs)		Doesn't matter (can be)	-0.05 to close to support	<b>0.05</b>
			0.1	0.1	0.1			

2		<p>Stand (two legs, feet) on straight or arched body or hands or ballet leg/s</p> <p><b>F2A</b></p>	Big	Medium (2 feet)		Doesn't matter (can be)		<b>0.20</b>
			0.1	0.3	0.2			
3		<p>Stand (two legs, or 1 foot) on straight or arched body or hands or ballet leg/s+ blind connect to support</p> <p><b>FAb</b></p>	Big	Medium (2 feet)		Yes	+blind	<b>0.30</b>
			0.10	0.30	0.20	-0.10	0.2	
4		<p>3 POINTS (Stand 1 leg + 2 hands) on straight body/s Or (Stand on 1 leg+ palms/palms connection)</p> <p><b>3pA</b></p> <p>(can have additional help from base-swimmers)</p>	Big	Extra small + small (1 foot)		Doesn't matter (can be)	-0,15 connect to sup	<b>0.15</b>
			0.1	0.4	0.3			
5		<p>Stand 1 leg on straight body or hands or shoulder</p> <p><b>1FA</b></p>	Big	Extra small (1 foot)		Doesn't matter (can be)		<b>0.40</b>
			0.1	0.7	0.4			

6		Headstand on straight body or Head between legs or Head between hands  <b>HA</b>	Big	Small (head)		Doesn't matter (can be)	Centre of mass close to support	<b>0.10</b>
			0.1	0.5	0.3		- 0.2	
7		Shoulders on palms + connect or touch (lay) on bent knees  <b>SP+K</b>	Small + extra small	Medium (shoulders)		Yes		<b>0.25</b>
			0.4	0.3	0.35	- 0.1		
8		Any 3-point connection with straight body bent knees  <b>3pK</b>	Small	Extra small + small (1 leg/knee)		Yes		<b>0.35</b>
			0.5	0.4	0.45	- 0.1		
9		3 points of support blind connect  <b>3pb</b>	Big	Extra small+big		Doesn't matter (can be)	+blind	<b>0.40</b>
			0.1	0.6	0.3		+0.1	
10		Foot on a ballet leg body + palm/foot (can have additional support with another Ballet.leg/s)  <b>FA+PF</b>	medium	small (1 foot and 1 palm)		Yes		<b>0.25</b>
			0.3	0.5	0.4	-0.1	-0.05 for stability	
11		Shoulders on palms + connect with leg or 2 legs  <b>SP+L</b>	Extra small	Medium (shoulders)		Yes		<b>0.35</b>
			0.7	0.3	0.5	- 0.1	-0.05 for stability	
12		Sit on feet or 1 foot+ blind palms/palms  <b>SiF+Pb</b>	Medium	Medium			+ blind +0.05 for connection	<b>0.35</b>
			0.3	0.3	0.3		+0.05	

13		Shoulders on feet+ connect to palms	Medium	Small		Yes		<b>0.30</b>
		<b>ShF+P</b>	0.3	0.5	0.4	- 0.1		
14	   	Sit or Lay on feet (or foot) + palms/palms or sit/lay on feet/foot +shoulders/ palms connection	Small	Medium (bottom or lower stomach)		Yes		<b>0.30</b>
		<b>L/SiF+P</b>	0.5	0.3	0.4	-0.1		
15		4 points of connection	Medium	Medium (shins)		Yes (double)		<b>0.10</b>
		<b>4p</b>	0.3	0.3	0.3	-0.2		
16		Handstand on a big area/s of support (2 palms) Have additional help from base-swimmers	Small	Big				<b>0.275</b>
		<b>2pA</b>	0.5	0.1	0.3		-0.025 for base-swimmers help	

16		<p>Bridge or any 4 "blind" points of support on straight/arched bodies or legs or hand platform (can have extra help from base-swimmers)</p> <p><b>4pAb</b></p>	Big	Small		Doesn't matter (can be)		<b>0.30</b>
			0.1	0.5	0.3			
17		<p>Bridge on a double ballet leg. Featured-swimmer can be facing any way.</p> <p><b>Bb</b></p>	Small	Small		Yes	<b>blind</b>	<b>0.40</b>
			0.5	0.5	0.5	- 0.1	+ 0.1	
18		<p>2 points of support on Knees+ palms</p> <p><b>2pK</b></p>	Small	Medium		Yes (double help)	-	<b>0.20</b>
			0.5	0.3	0.4	- 0.2		
19		<p>Onto 1 foot on Palms</p> <p><b>&gt;F1P</b></p>	Extra*2	Small		Yes	-0.15 for transit	<b>0.60</b>
			1.2	0.5	0.85	-0.1		
20		<p>3 blind point support on 2S</p> <p>Can be used for construction B</p> <p><b>3pBb</b></p>	Small	Small/ Medium		Yes	+blind arch capture	<b>0.65</b>
			0.5	0.4	0.45	-0.1	+0.3	

21		3 point support on 2S (construction #5) +connect to ballet leg  <b>3pB+b</b>	Small	Small/ Medium		Yes	blind	<b>0.45</b>
			0.5	0.4	0.45	-0.1	+ 0.1	
22		Featured-swimmer performs 1 arm handstand on a palm of platform with additional connection to support-swimmer (leg)  <b>&gt;1P1P/</b>	Extra*2			Yes	-0.15 for transit	<b>0.65</b>
			1.2		0.9	-0.1		
23		Platform holds a featured-swimmer standing on 1 leg on X-small support - palm to foot  <b>1Fxs/</b>	Extra*2	Small		Yes	Minus for connect to leg	<b>0.55</b>
			1.2	0.5	0.85	-0.1	-0.2	
24		Sit on 2 feet (ballet legs) +extra connect to leg of the support with disconnection  <b>On2b</b>	big	3 feet (small) in average		+dis-connect	Minus for connection to leg in beginning and plus for balance on 2 small areas	<b>0.40</b>
			0.1	0.3	0.2	0.1	-0.1 +0.2	
25		Hanging on 2 ballet legs +help from base  <b>2b/</b>	Extra small	small		Yes	+0.1 for hanging	<b>0.55</b>
			0.6	0.5	0.55	-0.1		

### コンポーネントPーポジション

グループBのポジションチャートを使用すること。

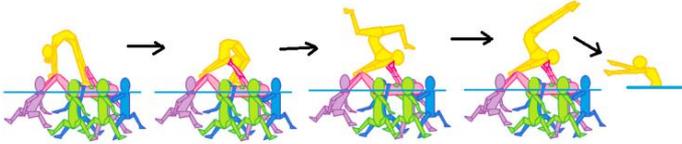
### コンポーネントTーローテーションの面と角度

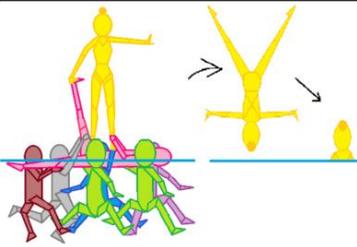
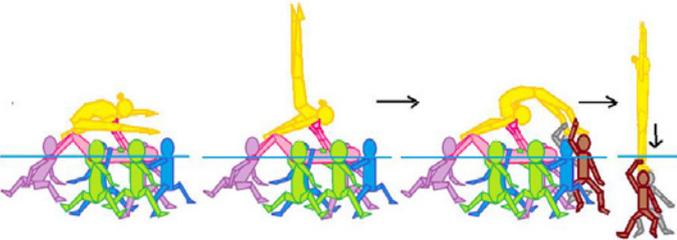
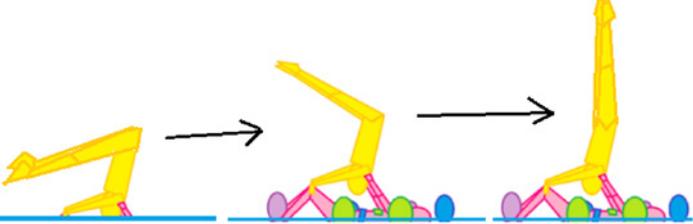
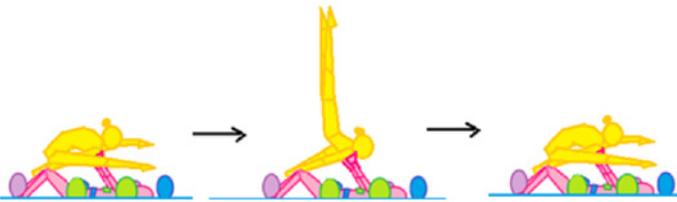
グループPには該当しない

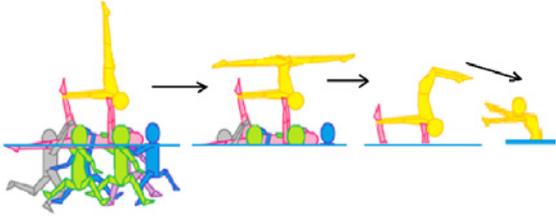
コンポーネントR-コンストラクションベースの回転

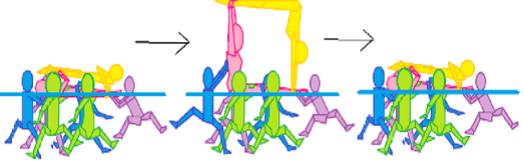
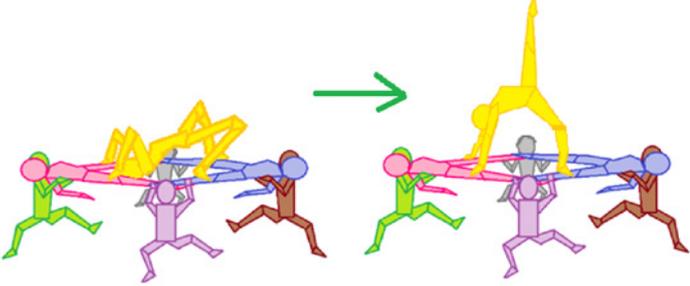
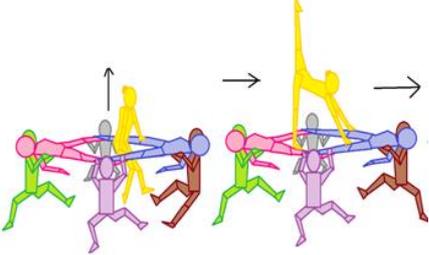
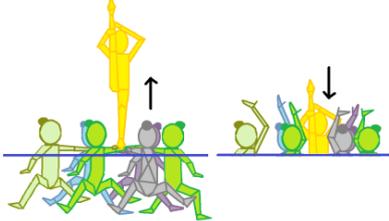
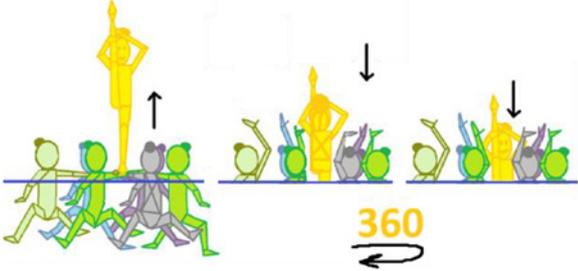
Values for Rotation of the construction base in Group P			
Type	Degree of rotation		
	90°	180°	360°
Value for platform (all construction rotates including base-swimmers) where the <b>featured-swimmer does not sit or lay on construction</b>  The platform is made with a horizontal support-swimmer(s)	<b>Pr</b>  0.20	<b>Pr0.5</b>  0.30	<b>Pr1</b>  0.40
Value for Platform (all construction rotates including base-swimmers) where the <b>featured-swimmer sits/lays on construction</b>	<b>Pr/</b>  0.05	<b>Pr0.5/</b>  0.10	<b>Pr1/</b>  0.15
Value for construction <b>made from hands</b> (#7 - Hand)	-	<b>P0.5h</b>	<b>P1h</b>
	-	0.25	0.30
Value for platform made from legs with <b>2 support-swimmers or more</b>  (constructions #5 - 2S, #6 - Flower)	<b>Pr//</b>	<b>Pr0.5//</b>	<b>Pr1//</b>
	0.30	0.40	0.50

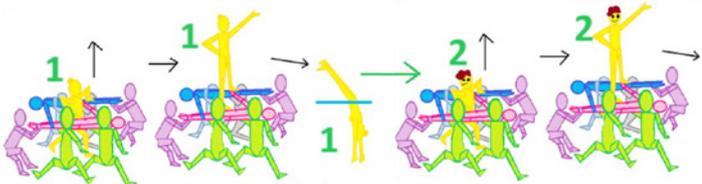
コンポーネントB-ボーナス

List of additions, bonuses, and risk-elements in group P:			
Code	For Group P		Value
<b>Db1</b>	<p><b>Synchronized actions for double</b> acrobatic movements</p> <p>Can be facing different directions, but must be at the same time and done the same</p>		<b>0.20</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, 5th 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><b>Platform made from hands,</b> which are "out of the water" (not on the surface).</p> <p><b>Must hold 3 seconds</b> or more + the whole arm (from shoulder to fingers) = dry</p>		<b>0.30</b>

<p><b>CH</b></p>	<p><b>Cartwheel or Handspring</b> ending action after performing actions on a platform and entering the water</p>		<p><b>0.15</b></p>	
<p><b>MovHead</b></p>	<p><b>Move from Platform on to 1 or 2 spotter's heads</b> for finishing acrobatic movement as a Lift</p>		<p><b>0.30</b></p>	
<p>Cant be in same acro!</p>	<p><b>Porp</b></p>	<p><b>"Porpoise"</b> start-action for featured-swimmer at the beginning of the acrobatic movement to get to the main <b>(first)</b> position.</p>	 <p>Porpoise must start in pike position (on a surface or under the water) and finish in Bamboo position to be considered as Bonus. Note: if coach want to do other position as Position 1: featured-swimmer needs to start in this position or go to it "not through Vertical Position (ie. Bamboo)", If coach wants to declare "Box" as position 1: bonus for Porpoise can't be declared, as porpoise require Bamboo to be position 1</p>	<p><b>0.15</b></p>
	<p><b>Spich</b></p>	<p><b>"Spichag"</b> power press-up from Shrimp to Bamboo/or in opposite direction: power-lowering from Bamboo to Shrimp.  Can be both variants - declare once! Can happen in any phase of acrobatic movement</p>		<p><b>0.50</b></p>
<p><b>Trav</b></p>	<p><b>Travelling construction</b>  It must be an <u>obvious</u> movement from one spot to another.  May start moving from underwater while ascending</p>		<p><b>0.20</b></p>	
<p><b>Stand</b></p>	<p><b>After handstand/head-down</b> position/s featured-swimmer lowers legs on a platform and <b>stands-up</b>.  <b>(For example: from Needle to Stand position, or from owl to Stand position)</b></p>		<p><b>0.10</b></p>	

Can't be declared in the same acro!  Same allowance rules for somersaults and twists apply in these bonuses	<p><b>Dive</b></p> <p><b>Dive, Dismount or Half Somersault</b> at the end of the platform</p> <p>Featured-swimmer performs a dive, dismount or half somersault (may have twist around self while diving) to enter the water</p>		<p><b>0.05</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>Ps1op</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>0.25</b></p>
	<p><b>CH+</b></p> <p><b>Handspring with connection</b></p>		<p><b>0.20</b></p>

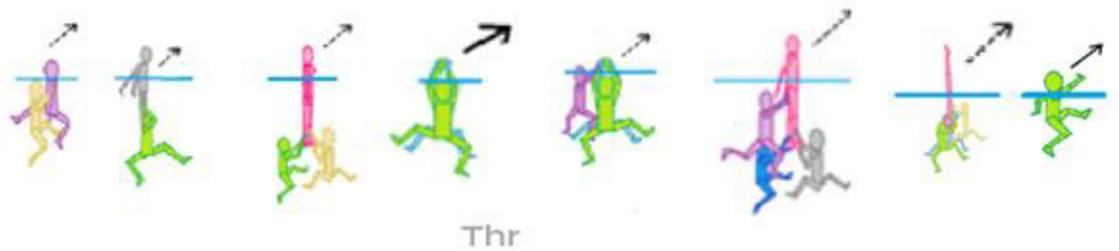
		<p><b>“Roll” on the construction</b> and/or “rolling” (connected arching- action of platform construction, when featured-swimmer submerges after 90° and support-swimmer follows showing 180° arch-action above surface) entrance in the water</p> <p><b>Can’t be declared twice! It is a beginning and/or ending action</b></p>		0.20
		<p><b>Lifting in a “Box” and lowering back</b></p>		0.20
Can't be in same acro	<p><b>Spider</b></p>	<p><b>“Spider” action</b></p> <p>Platform, 2 support formation: featured-swimmer twists in the shoulder and thigh joints and appears from underwater on a construction. This action has flexibility risk factor</p>		0.075
	<p><b>Climb</b></p>	<p><b>Climb</b> onto the platform from under the water (<b>inside the construction</b>)</p>		0.05
Can't be in same acro	<p><b>Fall</b></p>	<p><b>Fast fall down inside</b> construction</p>		0.05
	<p><b>FTurn</b></p>	<p><b>Fast fall down inside</b> platform construction <b>with 360°+ turn</b> (must be completed by waist respecting the allowances)</p>		0.10

<p><b>Swim</b></p>	<p><b>Change of Featured-swimmer</b></p> <p>Coach declares position/s and type of connection of a second featured-swimmer</p>		<p><b>0.20</b></p>
<p><b>Arch</b></p>	<p>From underwater, non-stop transition to a Position 1 Queen (demonstrating a 2<sup>nd</sup> position head-down is optional) and stand-up back on 2 feet (may have help from base-swimmer)</p>		<p><b>0.30</b></p>

29.7.1.6 グループC

コンポーネントC-コンストラクション

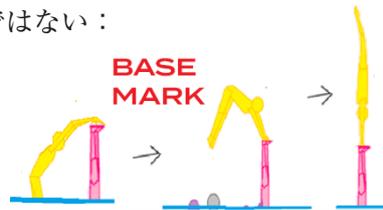
- 「Thr」と表記されている場合、それは「プッシャー」フォーメーションを意味する。押ししたり、ジャンプしたりする動作はすべて「Throw」（例：Thr）として表される。グループCでの Thr の例を示す。



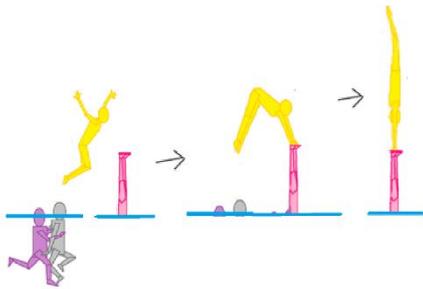
- トランジットとは、フィーチャードスイマーが最初から2つ目のフォーメーションのサポートスイマーに支えられている状態を指す。サポートスイマーはフィーチャードスイマーを自分自身のフォーメーションに「引き寄せる／補助する」。フィーチャードスイマーはその後も動作を続けて入水してもよいし、サポート上にとどまることもできる。(ボーナス)。
- ジャンプ (グループC) –フィーチャードスイマーが2つ目のフォーメーションと最初につながっていない場合に使われる言葉である。あるフォーメーションから別のフォーメーションへの明確なジャンプ(これはボーナス)と、飛んでいるフェーズ後の連結がある。フィーチャードスイマーは、サポートスイマーの上に留まること(ボーナス)も、入水するまで動作を続けることもできる。申告は「Jump」ボーナス(オントゥーサポート)か、(スルーサポートで)入水まで動作を続ける場合は「Jump >」と申告する。
- 例：Thr > StH (あらゆる種類のスローからスタックヘッドダウンにトランジットまたはジャンプで飛び乗る)。コーチは最初のフェーズを明確なジャンプとして実施したいと考える。そのため、コーチはアクロコードに「Jump」というボーナスを追加する。コーチは、フィーチャードスイマーが水没するまで2番目のフォーメーション(ヘッドダウンスタック)に留まることを確認する必要がある。アクロバティック動作で、フィーチャードスイマーが第2フォーメーションにジャンプで飛び乗り、そのまま水中に移動するようなアクション(例えば、ハンドスプリング)をコーチが望む場合は、「Jump >」と申告する。コーチは、スイマーがボーナス要素の「Jump」または「Jump >」の要件を実行できるかどうか確信が持てない場合、コーチは thr > StH と申告することができるが、ボーナスを記載しないで予定通りのアクロバティックを実行しベースマークを受けないようにすることができる。
- 注：グループCで Jump が申告された場合、フィーチャードスイマーが「昇り移る」ようにジャンプしないように注意すること。テクニカルコントローラーは、2番目のフォーメーションへのジャンプ(「ジャンプする」)フィーチャードスイマーの肩と胸上部が、2番目のフォーメーションのフィーチャードスイマーの両足と同じ高さにある目に見えない水平のラインを通過し、その後つながる)を確認しなければならない。

- **注**：2番目のフォーメーションがヘッドアップの場合、「ジャンプする」フィーチャードスイマーの股は、2番目のフォーメーションのフィーチャードスイマーの頭頂部と同じ高さにある目に見えない水平のラインを通過し、その後でつながる必要がある。

- 昇り移りの例 (Transit) → ジャンプではない：



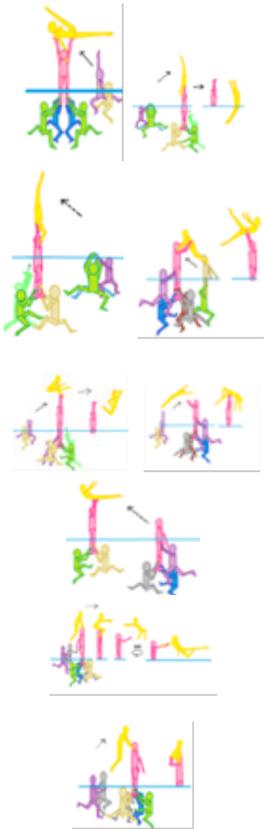
- 望ましい例

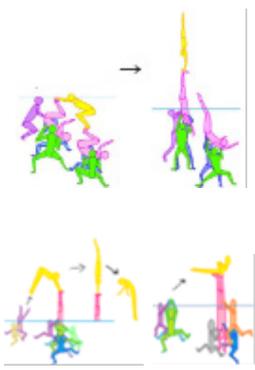
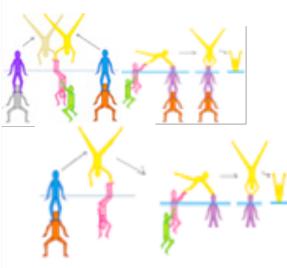


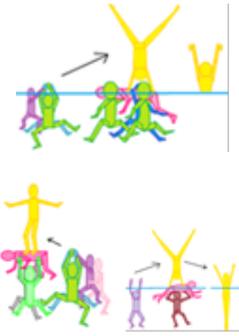
- **Jump** のボーナスを申告した場合：2番目のフォーメーションに飛び乗った後、そこからフィーチャードスイマーが落下してしまう（いつでも：乗った直後、少し経ってから、水没する前）か、2番目のフォーメーションに飛び乗れなかった（つまりコネク트가ない）場合ベースマークとなる。
- 全体を通してコネクトを維持する必要があると明確に示されていない場合は、水没する前にコネクトを切り離しても良い。
- コンストラクションのコード内：>これはトランジット、あるフォーメーションから他へジャンプする、あるフォーメーションから入水することを意味する。
- コンストラクションコード内の **Piked arrow** ^ =あるフォーメーションからジャンプして別のフォーメーションの上を飛び越え、触れずに水中に入ることを意味する。
- 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番目のフォーメーションにとどまるか、入水する前に2番目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。
- コンストラクションコードの最後に>がある場合、2番目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。
- グループCでは、コンストラクションには特別な数値 +0.275が付与され、これはメイングループ間のバランスを保つための「インクリーザー（増加要素）」として設定されている。
- コンストラクションの一部（ハイブリッドやペアアクロではなく、アクロバティック動作全体の一部）とみなされるためには、グループCのフォーメーション（メインフォーメーション）の1つは次の条件を満たさなければならない：
  - スタックまたはスタックヘッドダウンが申告される場合
    - ・ 少なくとも次のものを含む必要がある：1 ベーススイマー + 1 サポートスイマー + 1 フィーチャードスイマー
  - リフトが申告される場合
    - ・ 少なくとも次のものを含まなければならない：1 ベーススイマー + 1 フィーチャードスイマー

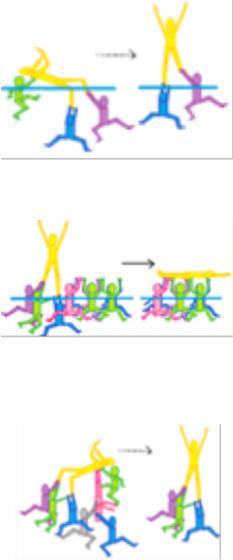
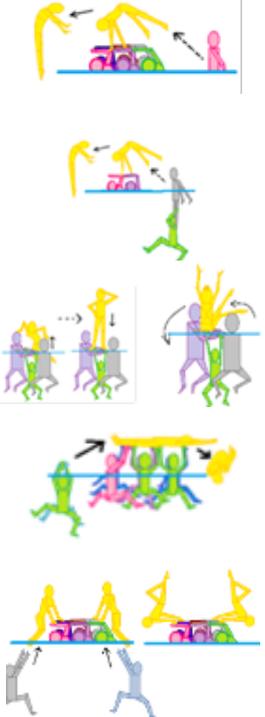
- プラットフォームまたはフロート（1人以上のサポートスイマー）の場合
  - ・ 少なくとも1人のベーススイマーがサポートの下にいないといけない。

- フライングオーバーコンストラクション（2番目のフォーメーションの上を飛ぶ、または頭の上でリフトの上を飛ぶと申告した場合）では、飛行フェーズは必ず、2番目のフォーメーションのフィーチャードスイマーが「ポジション許容安全ゾーン」またはそれ以上の位置（ウエストまたは膝の高さ）にあるときに実行されなければならない。

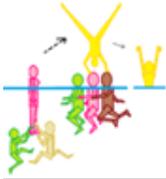
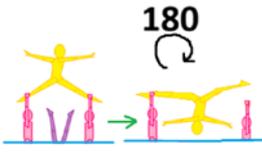
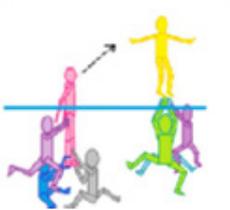
Group C Construction									
#	Picture	Name and number of levels	Difficulty of coordinating actions and number formations	Support: Body position and level of sustainability	Air-borne weight	Tempo of acceleration and push (lift/throw)	Area of support	Bonus	Total
1		Transit or Jump on Stack from any kind of throw  <b>Thr&gt;St</b>	Med	High level of sustainability+ low vestibular load	1+0.5	Fast/med (0.3/0.2)	Small-med (poss-ible grips: E, PP...)	+0.275 increa-ser	1.125
			0.2	0	0.15	0.25	0.25	+0.275 increa-ser	

2		<p>Transit or jump onto Stack head-down from any kind of throw</p>	Med	Low level of sustainability+ high vestibular load and 1 support is head-up	1+0.5	Slo/med (0.2/0.1)	Small-med	+0.275 increaser	1.20
		<b>Thr&gt;StH</b>	0.2	0.2	0.15	0.15	0.225		
3		<p>Through: 2 pair (One of them can be head-down) +featured-swimmer</p>	Basic	-	1	Med	Med	+0.275 increaser	0.675
		<p>Can be transit</p>	0	0	0.1	0.2	0.1		
4		<p>To 2-3 or more floats (swimmers floating on a surface connected to each other) from any kind of throw</p>	Med	High level of sustainability+ low vestibular load (laying) two	1+1+1	Climb/no	big	+0.275 increaser	1.125
		<p>Can be as transit May remain on platforms</p>	<b>Thr&gt;FF</b>	0.2	0.2	0.3	0.05		

5		Any kind of throw on a float (1 support-swimmer is floating on a surface)	Easy	High level of sustainability+ low vestibular load (laying)	1+1	Fast/no	Med-big	+0.275 increaser	<b>0.875</b>
		Featured-swimmer may continue to move and enter the water.  Can be as transit. Can continue movement.	0.1	0	0.2	0.15	0.15		
6	 <p>Lift can be on 1,2,3 or 4 heads +combinations ie. 2 heads and 2 shoulders; 1 head and 1 shoulder base</p>	Fly above Lift on heads from any kind of throw	Hard	-	1+1	Fast/slow-med (0.3/0.1)	Big	+0.3 fly above formation on heads +0.2 lift on head	<b>1.575</b>
		<b>Thr^Lh</b>	0.3	0	0.2	0.2	0.1	+0.275 increaser	
7		Fly above Second formation (lift, pair acro, stack-head-down, stack) from any kind of throw	Med	May be	1+1	Fast/slow-med (0.3/0.1)	Big	+0.2 fly above formation	<b>1.175</b>
		<b>Thr^2F</b>	0.2	0	0.2	0.2	0.1	+0.275 increaser	

8		<p>Simple lift + «spotter/s»</p> <p>2 formations of base-swimmers gather under 1 f.swimmer and</p> <p><u>Option 1:</u> f.swimmer is laying on a surface, one of the base-swimmers' formation push part of the f.swimmers body and they stand-up on a 2nd formation. May remain on this 2nd formation until submergence or continue moving/disconnect and enter the water</p> <p><u>Option 2:</u> f.swimmer stands-up as regular lift on the 1st formation with</p> <p>2nd formation waiting. F.swimmer falls on the 2nd formations' base-swimmer who catch them before submergence. F.swimmer may continue moving/disconnect and enter the water.</p> <p><b>L+spot &gt;</b></p>	Low	-	1	Med/no (O.2/O)	Medium	+0.275 increaser	<b>0.775</b>
9		<p>Through formation from hands from any kind of throw/push</p> <p>Can be as transit.</p> <p>Arms might be on the surface</p> <p><b>Thr &gt;hand&gt;</b></p>	Low	no	1	Fast/no	Medium	+0.275 increaser	<b>0.875</b>
			0.1	0	0.1	0.15	0.25		

10		2 Jumps from throws (2 featured-swimmers in connection with each other)	Hard	High level of sustainability+ low vestibular load	1+1	med	Medium	+0.1 for connect between 2 featuredswimmers	1.275
		<b>Thr+Thr</b>	0.3	0	0.2	0.2	0.2	+0.275 increaser	
11		Snake-type  (1 featured-swimmer after showing balance stack becomes airborne in connection/  together with support-swimmer, after showing arc-dive both of them enter water one-by-one while still keeping the connection)	Med	Optional	1+1	Med	Med	+0.275 increaser	1.175
		<b>Sn</b>	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2		
12	<p>Can be on heads.</p> <p>Position of the balancing featured-swimmer can be different from Bridge.</p>	On lift from any kind of throw with connection!  (means there <u>must</u> be a connection between f.swimmer and lift after take-off phase)	Hard	-	1+1	Fast/slow-med (0.3/0.1)	Big	+0.275 increaser	1.075
		Can be transit  f-swimmer may remain on the 2nd/main formation  <b>Thr&gt;L</b>	0.3	0	0.2	0.2	0.1		

13		Through 1, 2 or 3 heads from any kind of throw	Med	no	1	(0.3/0) Med/no	Medium	+0.2 (bonus for head-connection)	1.075
		Can be as transit  <b>Thr&gt;head&gt;</b>	0.2	0	0.1	0.1	0.2	+0.275 increase	
14		2 mini-Stack (head-up) +spotter (head-up or head-down).	Med	no	1+0.5 +0.5	Med	Med	+0.275 increase	1.075
		Starts as 2 support Stack, after reaching max height f.swimmer is pushed by one of the supports and disconnects to perform actions in the air while keeping connection with 2nd support-swimmer)  <b>2Sup+</b>	0.2	0	0.2	0.2	0.2		
15		Throw onto Small-Square formation	Hard	NO	1	Fast/slow-med (0.3/0.1)	Extra-hard Small	+0.275 increase	1.375
		<b>Thr&gt;Sq</b>	0.3	0	0.1	0.2	0.5		
16		Transit or jump on 2-Stacks from any kind of throw	Med	High level of sustainability+ low vestibular load	1+1+0.5	Fast/med (0.3/0.2)	Small-med	+0.275 increase	1.225
		<b>Thr&gt;St2</b>	0.2	0	0.25	0.25	0.25		

注：以下のアクロでは、コーチは Thr>St (あらゆる種類のスローからスタックへのジャンプまたはトランジット)を申告する。アクロに参加せず、DD に影響を与えない2つのフォーメーション(プッシングフォーメーションとメインフォーメーション)の間の追加フォーメーションは、AI とみなされ、ボーナスとして申告することはできない！



### 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

Direction	Code	Diagram	Value
<b>Blind back jump</b> No connection between featured-swimmer and main construction before jump	Bln		0.2

### 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

- 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そのフォーメーションに留まる時-グループBの表を使用する。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/達に乗った時を最初のポジションとする。
- コーチがグループBポジションを使用しなければならない場合にグループAポジションを使用したまたはその逆=ベースマーク
- 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ボ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-テイクオフした後フィーチャードスイマーが実施したポジションを最初とする。(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)
- 2人のフィーチャードスイマーに関する注：1人のフィーチャードスイマーがポジション(リフトまたはスタック、ヘッドダウスタックなど)をキープする複合アクロバティック動作(2つのフォーメーションから構成される)では、ポジション1の申告として計算すること。もし、2人目のフィーチャードスイマーがポジションを示しながら1人目のフォーメーションの上にジャンプした場合、それはポジション2として申告されなければならない。それ以外のポジションは(どのフィーチャードスイマーが行っても)、3つ目のポジションボーナスとみなされる。

- 「スネーク」タイプのコンストラクションに関する注：2人のフィーチャードスイマーに対するルールが適用される。フィーチャードスイマーが同じポジションを取っている場合、1回だけポジション1として申告する。異なる2つのポジションの場合、水面上に最初に現れるフィーチャードスイマーのポジションをポジション1として申告する。最初のフィーチャードスイマーの後に現れる、元々はサポートスイマーである2人目のフィーチャードスイマーのポジションはポジション2として申告する。このタイプのアクロバティック動作には、グループAのポジションを使用しなければならない。

### コンポーネントSーサポートエリア

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）

### コンポーネントRーベースコンストラクションの回転

- 指定がない限り、サポートとフィーチャードスイマーと一緒に（例えば、フィーチャードスイマーが2番目のフォーメーションに着水した後）行う必要がある。
- Cグループでは、スタックまたはスタックヘッドダウンフォーメーションで、フィーチャードスイマーが上にいる状態で、サポートスイマーがターンしているのを確認する必要がある（アリアーナターンが発生しても、TCがサポートスイマーもターンしていると認識すれば、許容される）。

Values for the rotation of the construction base in group C:				
Type	Degree of rotation			
	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> (constructions #1, possible #12)	-	<b>Cr0.5</b>	<b>Cr1</b>	<b>Cr1.5</b>
<i>*Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates around self after landing or reaching max height stop-point</i>	-	0.2	0.3	0.4
Value* for <b>Stack</b> <b>If the featured-swimmer AND/OR the Support-Swimmer is in head-down position</b> (constructions #2, possible #12)	-	<b>Cr0.5!</b>	<b>Cr1!</b>	<b>Cr1.5!</b>
<i>*Support-swimmer with featured-swimmer on top rotates around self after landing or reaching max height stop-point</i>	-	0.3	0.4	0.5
Value for <b>Lift on heads</b> while <b>featured-swimmer flies above it</b>	-	<b>Cr0.5L</b>	-	-
Note: the same rule as in group B (where in Lift construction)- the whole construction rotates. This applies to group C too, where in Lift-formation base-swimmers move to another spot in the water with featured-swimmer on top. (NOT ARIANA turn!!!!!!) (constructions #6)	-	0.4	-	-
Value for the <b>platform</b> (formation) <b>after featured-swimmer lands on it</b> (constructions #4, 5)	-	<b>Cp0.5</b>	-	-
	-	0.4	-	-
Special rotation for the second formation in <b>Thr^2F construction (TC look at the rotation of the featured-swimmer)</b> (constructions #7)	-	<b>2F0.5</b>	<b>2F1</b>	-
	-	0.25	0.35	-

## コンポーネントT-ローテーションの面と角度

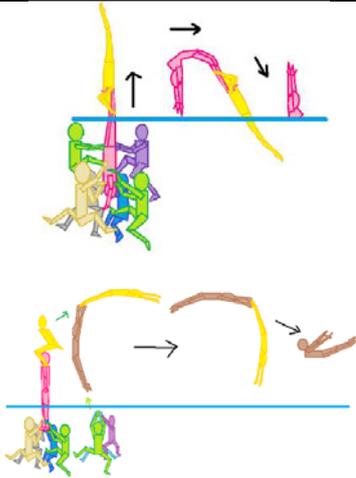
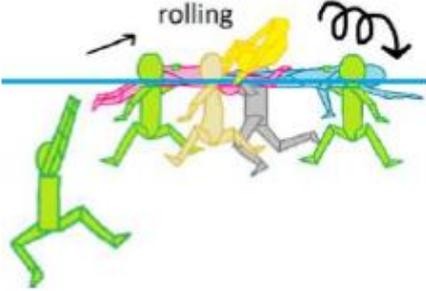
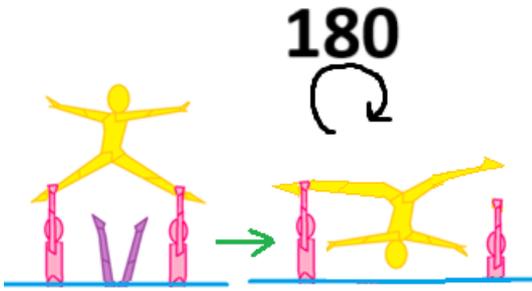
Values for featured-swimmer's rotations in the air			
#	Description	code	value
1	1/2 twist (group C)	<b>Ct0.5</b>	0.025
2	1 twist (group C)	<b>Ct1</b>	0.05
3	1.5 twist (group C)	<b>Ct1.5</b>	0.10
4	2 twists (group C)	<b>Ct2</b>	0.20
5	2.5 twist (group C)	<b>Ct2.5</b>	0.25
6	3 twists (group C)	<b>Ct3</b>	0.35
7	Dive/180 somersault (group C)	<b>Cd</b>	0.025
8	1/2 twist + dive (group C)	<b>Cdt0.5</b>	0.05
9	1 twist + dive (group C)	<b>Cdt1</b>	0.10
10	1.5 twist + dive (group C)	<b>Cdt1.5</b>	0.15
11	1 somersault (group C)	<b>Cs1</b>	0.20
12	1 straight somersault (group C)	<b>Css1</b>	0.30
13	1.5 somersault (group C)	<b>Cs1.5</b>	0.40
14	1.5 somersault + open (group C)	<b>Cs1.5o</b>	0.60
15	1 frontal somersault (group C)	<b>Cf1</b>	0.30
16	1.5 frontal somersault (group C)	<b>Cf1.5</b>	0.50
17	2 frontal somersaults (group C)	<b>Cf2</b>	0.60
18	Cartwheel (group C)	<b>Cc</b>	0.05
19	Cartwheel + 1/2 twist (group C)	<b>Cct0.5</b>	0.10
20	Cartwheel + 1 twist (group C)	<b>Cct1</b>	0.15
21	Handspring (group C)	<b>Ch</b>	0.05
22	Handspring + 1/2 twist (group C)	<b>Ch0.5</b>	0.10
23	Handspring + 1 twist (group C)	<b>Ch1</b>	0.15
24	1/2 somersault + 1/2 twist (group C)	<b>Cs0.5t0.5</b>	0.125
25	1 somersault + 1/2 twist (group C)	<b>Cs1t0.5</b>	0.35
26	1 somersault + 1 twist (group C)	<b>Cs1t1</b>	0.40
27	1 somersault + 1.5 twist (group C)	<b>Cs1t1.5</b>	0.45
28	1 somersault + 2 twists (group C)	<b>Cs1t2</b>	0.50
29	1 straight somersault + 1/2 twist (group C)	<b>Css1t0.5</b>	0.45
30	1 straight somersault + 1 twist (group C)	<b>Css1t1</b>	0.50
31	1 straight somersault + 1.5 twist (group C)	<b>Css1t1.5</b>	0.60
32	1 straight somersault + 2 twists (group C)	<b>Css1t2</b>	0.65
33	1 straight somersault + 2.5 twists (group C)	<b>Css1t2.5</b>	0.70
34	1 somersault + 1 twist + open (group C)	<b>Cs1t1o</b>	0.55
35	1 somersault + 1.5 twist + open (group C)	<b>Cs1t1.5o</b>	0.65
36	1 somersault + 2 twists + open (group C)	<b>Cs1t2o</b>	0.75
37	Handspring + 1 somersault (group C)	<b>Chs1</b>	0.25

- Thr+Thr のコンストラクションにおいて、コーチは「2番目」のフィーチャードスイマー（最初に水中から現れ、ジャンプをリードするスイマーでない）の空中での回転の種類を1つだけ申告する。TCは「ジャンプを終える」スイマーを見る。例えば、最初のフィーチャードスイマーがダイブを行い、2番目のフィーチャードスイマーがそれに続いて入水する前に1回のサマソールを行う。この場合、コーチは1回のサマソール（Cs1）のみを申告する。グループC、Thr>StHの場合、フィーチャードスイマーがヘッドアップジャンプを行い、ハンドスタンドポジション（Bamboo など）を行う2つ目のフォーメーションに着地した場合、それはダイブとはみなされない。
- グループC、Thr>StHの場合、フィーチャードスイマーがヘッドアップジャンプを行い、ハンドスタンドポジション（Bamboo など）を行う2つ目のフォーメーションに着地した場合、それはダイブとはみなされない。

コンポーネントBーボーナス

List of additions, bonuses, and risk-elements in group C					
	Code	For GROUP C			Value
	<b>DbI</b>	<p><b>Synchronized actions for double</b> acrobatic movements (from beginning to the end. May have connection between 2 featured-swimmers).</p>		<b>0.20</b>	
Can't be in same acro	<b>Jump</b>	<p><b>Jump on Stack</b> and <b>remain on it until submergence</b></p>		<b>0.20</b>	
	<b>Jump&gt;</b>	<p><b>Jump and pass through the 2<sup>nd</sup> formation (no connection between f.swimmer and support/s of 2<sup>nd</sup> formation in the beginning. Connection happens after flying phase (minimal requirement))</b></p>		<b>0.10</b>	
	<b>On1Foot</b>	<p><b>Jump from any kind of Throw, onto 1 foot of support-swimmer (2<sup>nd</sup> formation) and balance on 1 palm while performing actions.</b></p>		<b>0.40</b>	
	<b>1F&gt;1F</b>	<p><b>Jump of featured swimming landing with 1 foot onto 1 foot of the support-swimmer (2<sup>nd</sup> formation) and balancing on the 1 foot while performing actions.</b>  Safety note: for Senior category only, 12U, Youth or Juniors who declare will receive a BM.</p>		<b>1.50</b>	

	<b>Pos3</b>	<p><b>Third position.</b></p> <p>Example: at the end of an acrobatic movement closing legs from split to vertical or tucking (any additional position 3rd, 4th, 5<sup>th</sup> etc.). This bonus should be declared only once no matter how many positions f.swimmer will perform after the first 2 declared ones.</p>		<b>0.05</b>
	<b>Slip</b>	<p>Featured-swimmer <b>“Slips through”</b> after <b>jump</b> between support’s legs (support is head-up) or hands</p> <p><b>(can have connection between f.swimmer and support/s of 2<sup>nd</sup> formation)</b></p>		<b>0.10</b>
	<b>Bey</b>	<p><b>“Beyonce fall” (from lift - blind fall backwards on the other formation made from hands)</b></p>		<b>0.10</b>
Can't be in same acro	<b>Run</b>	<p><b>Running on the 2+ backs</b> (torso of featured-swimmer=vertical)</p> <p>Note: featured-swimmer must step on each declared back (in construction)</p>		<b>0.20</b>
	<b>BRun</b>	<p><b>“Blind run” on the backs</b></p> <p>Featured-swimmer jumps backwards, or jumps turns and then runs backwards, stepping on each of declared backs (in construction)</p>		<b>0.40</b>

	<p><b>Cx</b></p>	<p><b>Connection between 2 featured-swimmers</b> (may be broken in the end of acrobatic movement before entering water)</p>		<p><b>0.20</b></p>
	<p><b>Twirl</b></p>	<p><b>Twirl</b> of a featured-swimmer</p> <p>Rotation of the featured-swimmer around self to the left or to the right on longitudinal axis (that is done not in the air like twist or somersault)</p>		<p><b>0.05</b></p>
	<p><b>C-Roll</b></p>	<p><b>“Rolling” on top of the construction</b></p> <p>*Can be declared twice during 1 acro</p> <p>(Rolling- the featured-swimmer, climbs on the support-swimmer, crouches down, places their hands shoulder width apart and hands facing forward. Featured-swimmer tucks their chin to their chest and places the back of their head onto support-swimmer. They then push off the spotter with their legs and rotate over their head onto their back)</p>		<p><b>0.10</b></p>
	<p><b>Turn</b></p>	<p><b>Lift up from split (head-up) + featured-swimmer disconnects with one of the supports, makes a rotation 180 in sagittal plane</b> (still in connection with second support).</p>		<p><b>0.25</b></p>

## 29.7.2 ペアアクロバティックカタログ

### ペアアクロバティック (デュエット / ミックスデュエット)

#### 一般原則：

- ペアアクロバティック動作では、「bottom」(ベース / 水中) のスイマーが水中にいて、フィーチャードスイマー (アッパースイマー / 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 / 投げる場合、リフトまたはスローとみなされる。ベーススイマーは、脚や肩をつかむ / 押すことで、フィーチャードスイマーを持ち上げる / 投げることができる。
- ペアアクロバティック動作では、「bottom」(ベース) の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、ジャンプとみなされる。
- 自身を中心とした回転 (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。
- ベーススイマーとフィーチャードスイマーのつなぎ方は任意であり、ペアアクロバティックの DD には影響しない。
- 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。
- 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。
- コードと解説でトラベリングと記載されている場合、それはベース (押している / サポートしている / 水中の) スイマーと、その上にサポートされているフィーチャードスイマーが、ある地点から別の地点まで明らかに移動していることを意味する。水面を移動していることが「目に見えている」ことが明白でなければならない。
- コードや説明に「**crashing**」と記載されていないのに、それを行った場合、ベースマークとなる。
- 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出ている (空中にいる) 必要がある。



- 画像と記載された表に相違がある場合：  
「書面による説明」が常に優先される。  
画像はいくつかの例を示すためのものである。  
「書面による説明」を尊重する限り、他のバリエーションも可能な場合がある。

• TCによるペアアクロバティック動作の明確な確認：

リフト動作（「L or L！」）を1～2秒間保持し、腕でフィーチャードスイマーを持ち上げることを推奨する。スロー（「W」）またはジャンプ（「J」）の場合、明らかにディスコネクトが見えている必要がある。フィーチャードスイマーは完全に空中にいる必要がある（頭頂部とつま先が同時に水面上にいる必要がある）。フィーチャードスイマーを足で押すことを推奨する。

- ・フィーチャードスイマーが完全に空中にいる状態で明確にディスコネクトしていない場合は、（スロー「W」やジャンプ「J」）ではなくかわりにリフトを申告する必要がある。

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の明確な違いが見られなければならない。

- ・例えば：脚が上で、360°回転するリフト（「L!r1」）の場合、ベーススイマーはフィーチャードスイマーを1～2秒間保持し、その後フィーチャードスイマーは360°回転する。ベーススイマーは、フィーチャードスイマーがあまり速く降下しないようにサポートするか、ディスコネクトすることができる。
- ・対照的に：脚が上で、180°回転するスロー（「W!r0,5」）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から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）、膝が沈む前に180°回転しなければならない。

• 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、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L!fr1とL!fr0.5を実行できる。

例2：デュエットは、Jd、W!d、L!f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。

## 許容範囲

### サマソールについて：

- 申告されたものより**90°の不足**=ベースマーク  
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。
- 注：サマソール360°とそれ以上の回転の申告について  
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。  
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。
- 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。他の例として、フィーチャードスイマーがサマソール270°を伴うヘッドアップジャンプを行った場合、360°完了できていないので、「Js1B」とは申告できない（90°不足=ベースマーク）。代わりにジャンプダイブ「Jd」と申告すれば、必要な回転数を「pass」している限り、オーバーローテーションが可能なので、「許容範囲のルール内」とどまることができる。

### ツイストについて：

- ヘッドダウンリフトまたはスローについて：  
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。
- ヘッドアップのリフトとジャンプについて：  
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。
- 申告されたツイスト**360°**またはそれ以上について：  
申告した回転より**180°不足**=ベースマーク  
・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170°の回転をした場合は、ベースマークになる。しかし、200°回転した場合は認められる。
- 申告されたツイスト**180°**について：  
**許容範囲**はない-180°未満のツイストの実行は、ベースマークである。正確に行わなければならない（またはそれ以上）。
- 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。

## ヘッドアップリフトの明確化

下記のようなアクロバティック動作は、ヘッドアップリフト (L) とみなされる。

- ・この画像 (下左) では、フィーチャードイマーはヘッドアップし、脚を持ち上げてから水面にクラッシュしている。もう1つの例：下の画像 (右) 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。



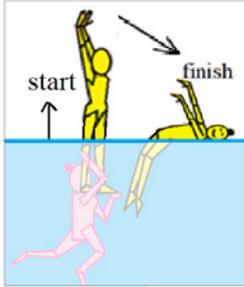
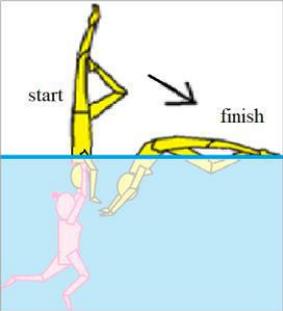
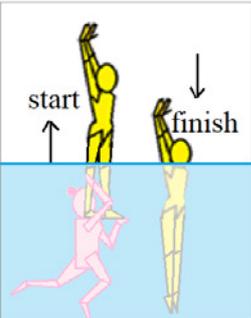
- ・ただし、この2種類の動作はペアアシスト (すなわちトランジション) として扱われる：

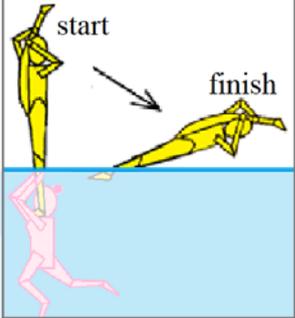
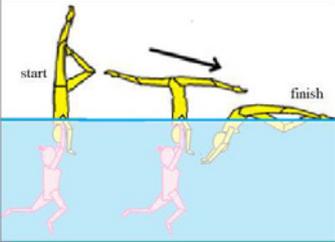
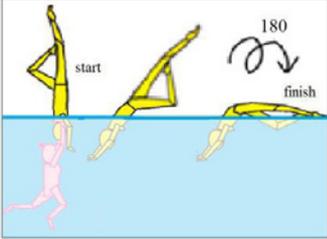
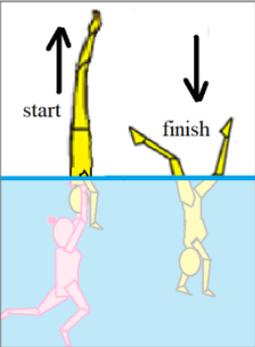


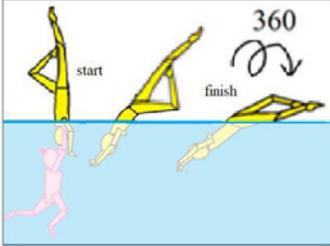
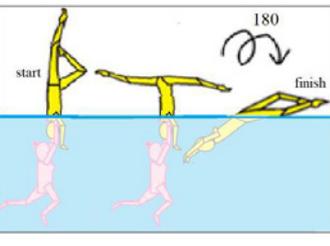
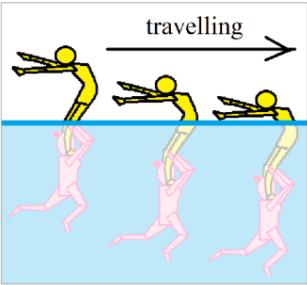
## フレキシビリティポジション：

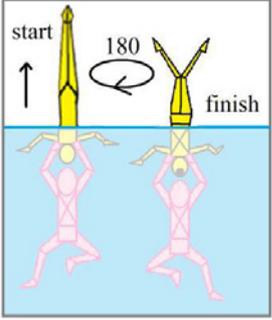
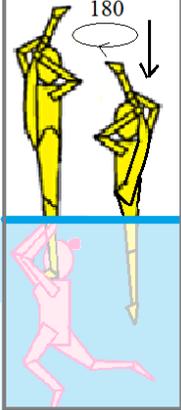
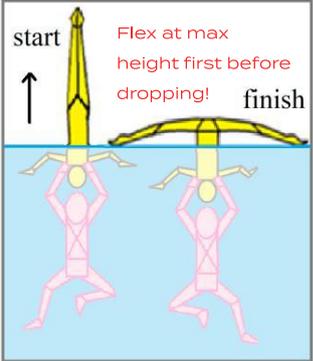
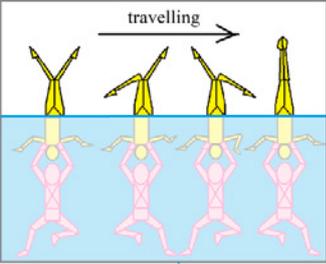
- ・フレキシビリティポジションの許容：
  - Split と Over-split (または後ろ脚を曲げてつま先を水面につけるバリエーション。脚を少し前に曲げることは可能だが、明確な柔軟性が示されなければならない (膝と膝の間が180°であることが望ましい)。
- 以下のポジション (アクロバティックカタログのグループ A/B に定義されている)：
  - ・ Vertical Split / Glass / Eye ポジション (チームアクロバティックカタログのグループ B を参照)
  - ・ フィギュアのナイトのようなポジション (腿は90° 後ろで、つま先が水面につくように曲げる)、またはチームアクロバティックカタログのグループ B にある「Willow」のバリエーション。
  - ・ Ring (つま先が頭部に触れるか触れそうなアーチを描く)

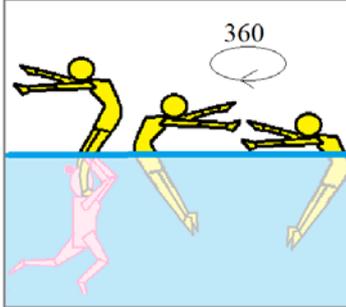
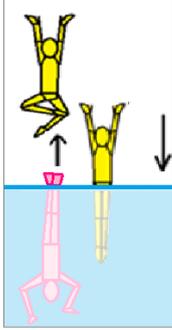
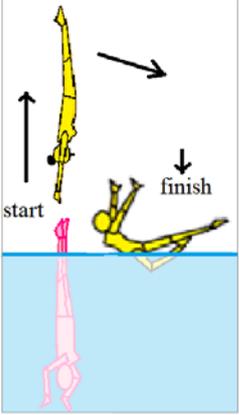
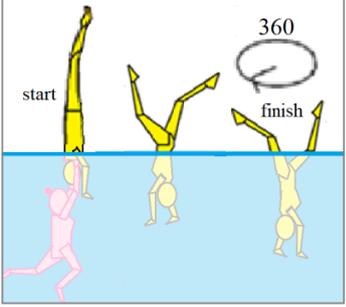
**Pair Acrobatics Table:**

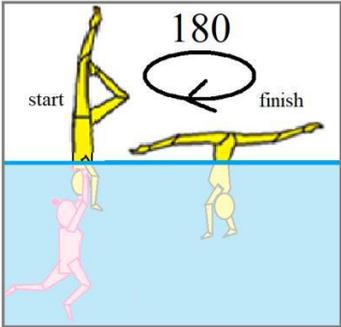
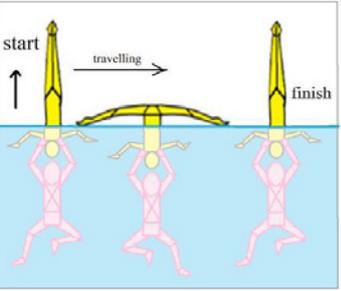
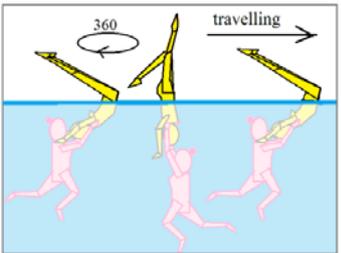
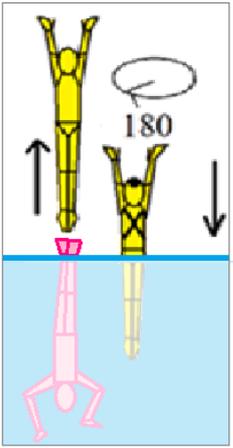
#	Name and code	Diagram	Description	DD of the Pair Acro	Total DD (with Base Mark)
1	Lift head-up with crashing  L>		One swimmer remains under the water and lifts another swimmer who performs actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer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

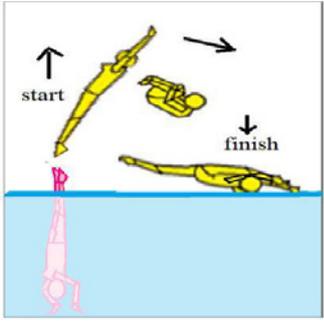
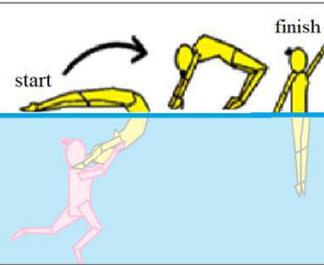
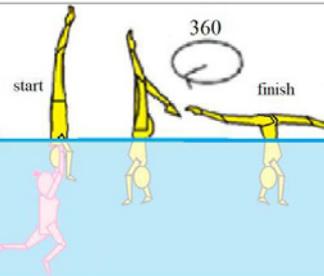
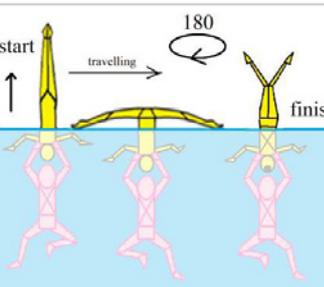
4	<p>Lift head-up with flexibility and crashing</p> <p><b>Lf»</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer, who demonstrates flexibility position/s (split variations, ring, etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer releases support the upper swimmer submerges under the water.</p>	0.40	0.50
5	<p>Lift legs-up with flexibility and crashing</p> <p><b>L!f»</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer "crashes" (falls) on the water's surface.</p>	0.40	0.50
6	<p>Lift legs-up with crashing and rotation 180°</p> <p><b>L!r0.5»</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer simultaneously "crashes" (falls) on the water's surface while rotating 180 around themselves.</p> <p>Note: the rotation may also occur during the "maximum height" phase or while ascending.</p>	0.40	0.50
7	<p>Lift legs-up</p> <p><b>L!</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) who performs some actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges under the water.</p>	0.60	0.70

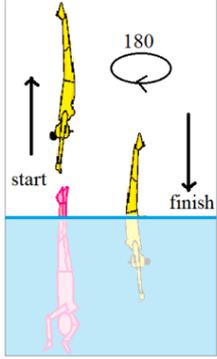
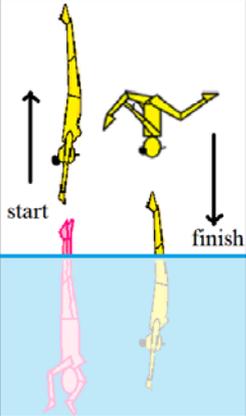
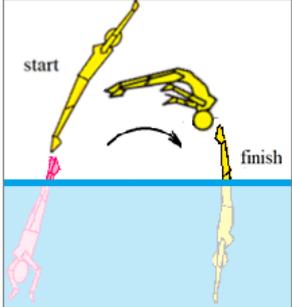
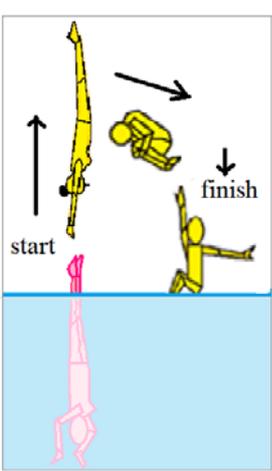
<p><b>8</b></p>	<p>Lift legs-up with crashing and rotation 360°</p> <p><b>Llr1»</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer simultaneously "crashes" (falls) on the water's surface while rotating 360° around themselves.</p> <p>Note: 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><b>9</b></p>	<p>Lift legs-up with crashing, flexibility and rotation 180° (turn)</p> <p><b>Lifr0.5»</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer simultaneously "crashes" (falls) on the water's surface while rotating 180° around themselves.</p> <p>Note: 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><b>10</b></p>	<p>Lift head-up with 180° rotation</p> <p><b>Lr0.5</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer who performs actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer releases support the upper swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 180°.</p> <p>Note: 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><b>11</b></p>	<p>Sustained lift head-up with travelling</p> <p><b>SL&gt;</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer <u>sustaining the lift for 3 seconds or more while travelling</u>. The upper swimmer performs some actions above the water at maximum height and when the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>

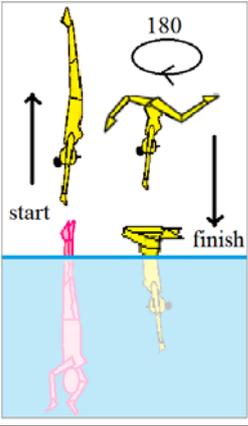
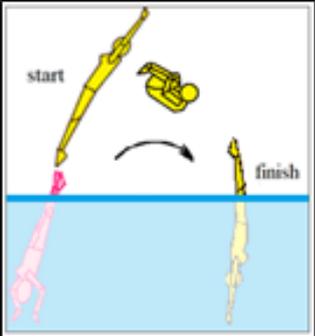
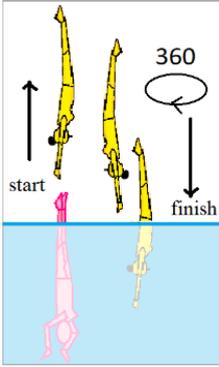
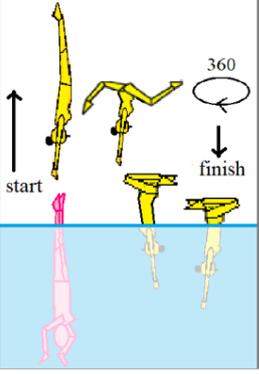
<p>12</p>	<p>Lift legs-up with 180° rotation</p> <p><b>Llr0.5</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) who performs actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support (or helps to rotate) the upper swimmer submerges with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>Note: 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>13</p>	<p>Lift head-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>Lfr0.5</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer who demonstrates flexibility position/s (split variations, ring etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer releases support (or helps to rotate) the upper swimmer submerges under the water with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>Note: 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 legs-up with flexibility</p> <p><b>Lif</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>
<p>15</p>	<p>Sustained lift legs-up with travelling</p> <p><b>SL&gt;</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down) and <u>sustains the lift for 3 seconds or more while travelling</u>. The upper swimmer performs some actions above the water at maximum height and when the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges under the water.</p>	<p><b>0.80</b></p>	<p><b>0.90</b></p>

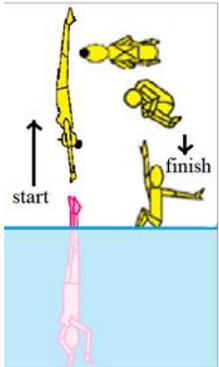
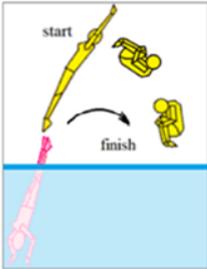
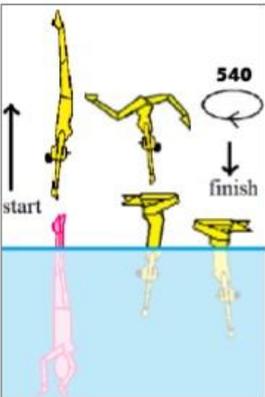
<p>16</p>	<p>Lift head-up with rotation 360°</p> <p>Lr1</p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer, who performs actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer releases support the upper swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 360°.</p> <p>Note: the rotation may also occur during the "maximum height" phase or while ascending.</p>	<p>0.80</p>	<p>0.90</p>
<p>17</p>	<p>Jump head-up</p> <p>J</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes airborne. This upper (visible) swimmer performs some actions in the air before entering the water.</p>	<p>0.80</p>	<p>0.90</p>
<p>18</p>	<p>Throw legs-up with crashing</p> <p>W!&gt;&gt;</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes airborne. This upper (visible) 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>19</p>	<p>Lift legs-up with rotation 360°</p> <p>L!r1</p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), who performs some actions above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 360°.</p> <p>Note: the rotation may also occur during the "maximum height" phase or while ascending.</p>	<p>1.00</p>	<p>1.10</p>

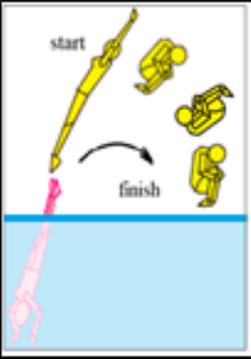
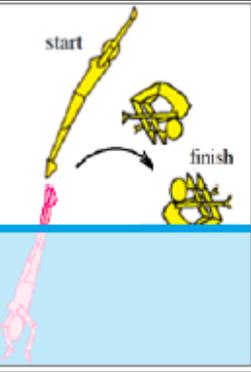
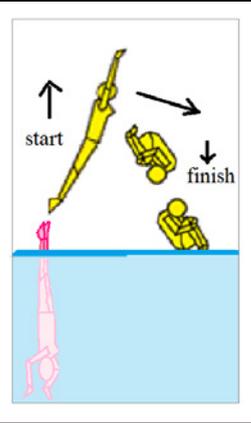
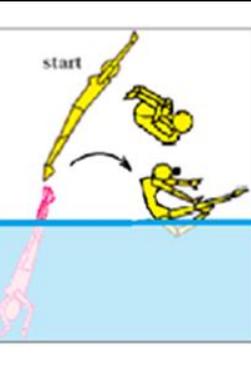
<p>20</p>	<p>Lift legs-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>Lifr0.5</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), who demonstrates flexibility position/s (split variations etc.) above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases the upper swimmer simultaneously submerges under the water while rotating 180°.</p> <p>Note: 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>Sustained lift legs-up with flexibility and travelling</p> <p><b>SLif&gt;</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), <u>sustaining the lift for 3 seconds or more while travelling.</u> The upper swimmer demonstrates flexibility position/s above the water at maximum height and when bottom swimmer pushes and releases, the upper swimmer submerges under the water.</p>	<p>1.00</p>	<p>1.10</p>
<p>22</p>	<p>Sustained lift legs-up with travelling and rotation of 180°-360°</p> <p><b>SLIr0.5&gt;</b> or <b>SLIr1&gt;</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer (position is head-down), <u>holding for 3 seconds or more while travelling.</u> The upper swimmer performs some actions while rotating 180°-360° above the water at maximum height. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges.</p> <p>Note: the rotation may also occur while ascending.</p>	<p>1.00</p>	<p>1.10</p>
<p>23</p>	<p>Jump head-up with 180° rotation</p> <p><b>JrO.5</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer performs some actions in the air with a 180° rotation, before entering the water.</p> <p>Note: rotation may also occur while the upper-swimmer submerges.</p>	<p>1.00</p>	<p>1.10</p>

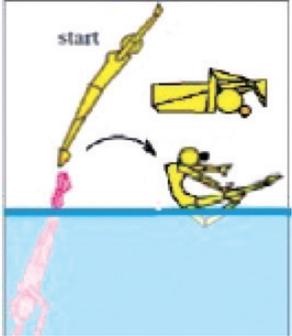
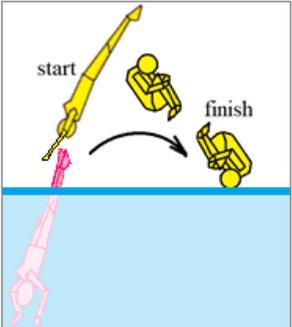
24	<p>Jump head-up with flexibility</p> <p><b>Jf</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer demonstrates flexibility position/s (such as split etc.) in the air before entering the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

<p><b>28</b></p>	<p>Throw legs-up with 180° rotation</p> <p><b>Wlr0.5</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) swimmer starts their action feet-first and after demonstrating maximum height submerges with a simultaneous rotation of 180°.</p> <p>Note: rotation may also occur during “pushing”/ ascending phase.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>29</b></p>	<p>Throw legs-up with flexibility</p> <p><b>Wlf</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) 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>30</b></p>	<p>Jump-Dive</p> <p><b>Jd</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes airborne. This upper (visible) swimmer demonstrates an arc over the surface before entering the water in a head-first vertical position.</p>	<p><b>1.20</b></p>	<p><b>1.30</b></p>
<p><b>31</b></p>	<p>Throw legs-up with 180° somersault</p> <p><b>Wis0.5</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes airborne. This upper (visible) 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 upper (visible) 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><b>32</b></p>	<p>Thow legs-up with flexibility and rotation 180°</p> <p><b>W!fr0.5</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) swimmer starts their action feet-first and demonstrates flexibility position/s during maximum height. The upper (visible) swimmer then submerges while simultaneously rotating 180°.</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>
<p><b>33</b></p>	<p>Jump-Tuck/ Change position – Dive</p> <p><b>Jpd</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) swimmer performs 180° (half) somersault backwards with 1 change of the position in the air before entering the water headfirst.</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><b>34</b></p>	<p>Throw legs-up with rotation 360°</p> <p><b>W!r1</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) swimmer starts their action feet-first and after demonstrating maximum height submerges with a simultaneous rotation of 360°.</p> <p>Note: rotation may also occur during "pushing"/ascending phase."</p>	<p><b>1.40</b></p>	<p><b>1.50</b></p>
<p><b>35</b></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) an upper (visible) swimmer who becomes airborne. The upper (visible) swimmer starts their action feet-first and demonstrating flexibility position/s during maximum height. The upper (visible) swimmer then submerges while simultaneously rotating 360° degrees or more.</p>	<p><b>1.60</b></p>	<p><b>1.70</b></p>

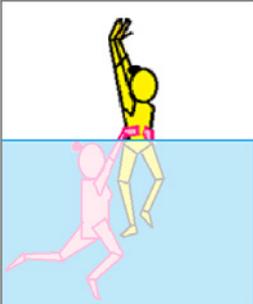
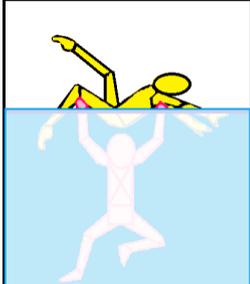
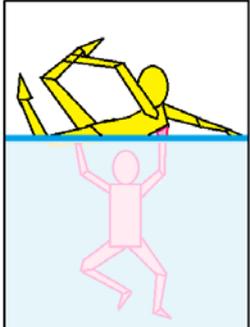
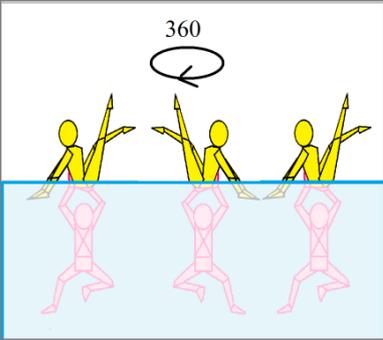
36	<p>Jump head-up with half twist and 180 somersault</p> <p>JsO.5t0.5</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer jumps backwards, twists 180° in the air, and then enters the water.</p>	1.60	1.70
37	<p>Throw legs-up with 180 somersault and half twist</p> <p>W!s0.5t0.5</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) the upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. This upper (visible) 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>	1.60	1.70
38	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards</p> <p>Js1B</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer performs 1 backwards somersault (360°) in the air demonstrating "tuck" position before entering the water</p>	1.80	1.90
39	<p>Throw legs up with flexibility and rotation 540°</p> <p>W!fr1.5</p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) and upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper visible swimmer starts their action feet first and demonstrating flexibility position/s during maximum height. The upper (visible) swimmer then submerges while simultaneously rotating 540 degrees or more.</p>	1.80	1.90

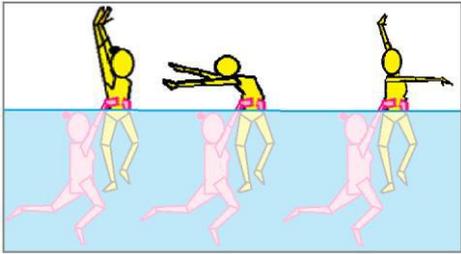
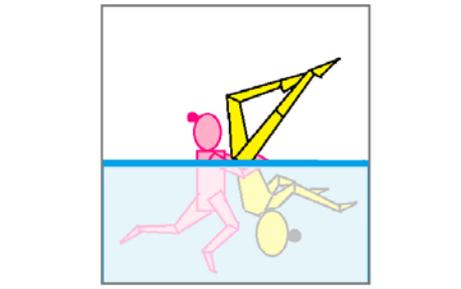
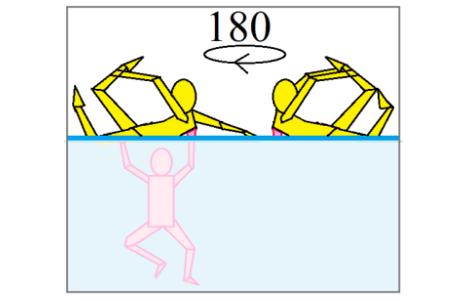
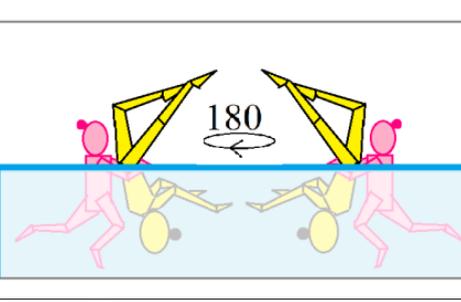
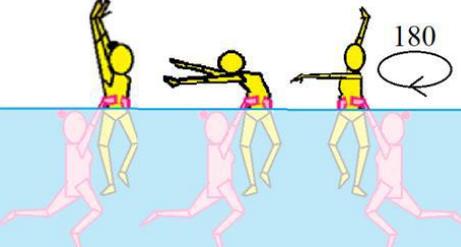
40	<p>Jump - Tuck - 1 somersault half twist</p> <p><b>JBs1t0.5</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer performs 1 backwards somersault (360°) and half twist (180°) around themselves in the air demonstrating "tuck" position before entering the water.</p>	2.00	2.10
41	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards and flexibility</p> <p><b>Jfs1B</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer performs 1 backwards somersault in the air demonstrating flexibility of their body (ring position and variations) before entering the water.</p>	2.00	2.10
42	<p>Jump head-up with 1 somersault forwards</p> <p><b>Js1F</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) swimmer performs 1 forwards somersault in the air before entering the water.</p>	2.00	2.10
43	<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 one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) 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>44</p>	<p>Jump head-up with 1 somersault backwards+Pike + open in Jay (flexibility)</p> <p><b>Js1B+pf</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) 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><b>2.15</b></p>	<p><b>2.25</b></p>
<p>45</p>	<p>Throw legs-up with 1 somersault forwards</p> <p><b>W!s1F</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. This upper (visible) 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><b>2.20</b></p>	<p><b>2.30</b></p>
<p>46</p>	<p>Jump head-up-Backwards-Frontal 360 somersault</p> <p><b>JsF1B</b></p>		<p>From under the water one swimmer pushes and throws (disconnects with) an upper (visible) swimmer who becomes <u>airborne</u>. The upper (visible) 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><b>2.20</b></p>	<p><b>2.30</b></p>

## Pair Assisted Actions

これはペアアシスタクションのリストである (参考までに)。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でのトランジション (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。ペアアシスタクションでは、bottom (ベース) スイマーは水面下においても水面上においてもよいが、フィーチャー スイマーは常に水面上にいる (持ち上げられない)。また、「ブーストタイプ」のアシスト動作もペアアシスタクションとみなされる。

Name	Diagram	Description
<p><b>Pair assisted action “boost type”</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer who performs actions above the surface of the water. This action should demonstrate a boost of a “visible” swimmer to maximum height (crotch level) with assistance of the “underwater” swimmer.</p>
<p><b>Pair assisted action on the surface (“float”)</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and holds another swimmer who remains on the surface and performs actions.</p>
<p><b>Pair assisted action on the surface (“float”) with flexibility</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and holds another swimmer who remains on the surface and performs movements with a range of flexibility (such as: Split, Ariana, Ring etc.)</p>
<p><b>Pair assisted action on the surface with rotation 180°-360°</b></p>		<p>One swimmer remains under the water and holds and rotates another 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>One swimmer remains under the water and lifts another 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 another 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>One swimmer remains under the water and holds and rotates another 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 another 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>One swimmer remains under the water and lifts another swimmer holding for 3 seconds or more while travelling. The upper swimmer performs some actions above the water at maximum height with a rotation of 180°. When the bottom swimmer pushes and releases support the upper swimmer submerges under the water. Note: the rotation must happen during "maximum height" phase.</p>

## 29.8 附則8 シンクロナイゼーションエラーの識別

### 29.8.1 シンクロナイゼーションのスコアリング

#### はじめに

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シンクロナイゼーションパネルは、デュエットとチームルーティン（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）においてのみ置かれる。

その目的は、ルーティン演技中のシンクロナイゼ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。

#### シンクロナイゼーションの定義：

シンクロナイゼーションとは、1つの動作が互いに正確に一致することである。動きが同時に起こること、またはデザイン上、正確に対応することを意味する。

また、同時に泳いでいる2人以上の競技者を比較した場合、不一致動作「UNEQUAL ACTION」（または正確さのエラー）として理解することもできる。不一致動作は、動作のタイミングやデザインのエラーにより、振付が示す「絵」pictureが正確でなく、精度が低く、完璧でないことが原因の場合がある。

#### 不一致動作「UNEQUAL ACTION」の定義：

2人以上の競技者が行う動作で、タイミングやポジショニング（デザイン／形状）に違いがあるもの。意図的に不一致として振り付けられた動作は、ペナルティを課さないものとする。

#### タイミングの違い：

- 動作が完全に一体にならない。
- 動きがぴったり同時に行われない。

#### ポジショニング（デザイン・形状）の違い：

- 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、その他身体の各部位の水位に差がある。
- 間隔やパターン、形状の違いがある。

注：2人以上の競技者が異なるポジショニングを示すのを観察した場合、どちらが意図した、または正しいものであったか不明、つまり、誰がエラーを起こしたかわからないが、違いがはっきりとわかる場合、これは不一致動作となる。



#### 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、本来見るべき「完璧な絵」“perfect picture”を見せていない。あくまで写真なので、ここでタイミングの違いについて語ることはできない。

## 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）しか記録しない。
- 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）については、エレメントジャッジは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、システムによって検証されたエラーの数だけ、つまり無制限にエラーがカウントされる。同じハイブリッドまたはトランジションシーケンス中に複数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最も重要な例として、次の2つが挙げられる。

ハイブリッドがシンクロせずに始まり、最後までタイミングの違いが続いた場合。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。

回転全体の中でタイミングやポジショニングの違いが生じる可能性があるローテーション。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°回転するごとに1動作とみなされるため、720°のスピン（またはツイスト）の最初から最後まででのタイミングの違いは、最大4つの不一致動作（スモールまたはオヴィアス）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 Small」「オヴィアス Obvious」「メジャー Major」の3つのカテゴリーに分類される：

<p><b>Small</b> スモール</p>	<p><b>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。</b></p> <p>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：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• タイミングのわずかな違い</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（エレメントパネルでも考慮されるため）。               <ul style="list-style-type: none"> <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> </li> </ul> <p>スモールエラーの例：<a href="https://vimeo.com/646159124/b2f4ba969a">https://vimeo.com/646159124/b2f4ba969a</a></p>
<p><b>Obvious</b> オヴィアス</p>	<p><b>意図しないマッチングの違いで、2つの動作が次々に行われたような状態を生むもの。</b></p> <p>オヴィアスシンクロナイズーションエラーは以下の通り：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• タイミングが明らかに違う（1つが動いた後に別のものが動く）。</li> </ul> <p>オヴィアスエラーの例：<a href="https://vimeo.com/646160065/6b4fcec916">https://vimeo.com/646160065/6b4fcec916</a></p>

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通り： <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、ある競技者が1回速く背泳ぎをしただけのミスでも、メジャーエラーとして数える。</li> <li>• すべてのメジャーエラーは、最大の減点となるため、レフリーによるビデオレビューが必要である。</li> </ul> メジャーエラーの例： <a href="https://vimeo.com/646160851/ac1a25b6e2">https://vimeo.com/646160851/ac1a25b6e2</a>

\*注：さまざまなルーティンを見ていると、若い競技者や成長過程の競技者には「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やルーティンでは「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、ルーティンが遅い(1秒間に1動作など)場合よりも、「オヴィアス」エラー(2つの異なる動作を視覚的に示す)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ペナ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が適用される。STCによってメジャーエラーが確認された場合は、以下のC項のプロセスに従って減点が適用される。

### 「紙と鉛筆」方式(アプリやデバイスがない場合)

シンクロアプリ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ゼーションエラーのレビュー

- 1) STC がメジャーエラーを記録した場合、STC パネル全員によるビデオレビューが行われ、プロセスが守られていることを確認するレフリーによって監督されるが、レフリーはメジャーエラーに関するいかなる決定にも関与しない。
- 2) シンクロデバイスが設置されている場合、レフリーは自動的にメジャーエラーが発生したことを確認し、ビデオレビューを開始する。
- 3) テクノロジーがない場合（鉛筆と紙による方法）、STC はメジャーエラーを記録したことをレフリーに伝える。
- 4) その後、レフリーはビデオレビューにより STC パネルとともにメジャーエラーのレビューを監督する。
- 5) ビデオは（メジャーエラーが特定されたパートごとに）スローモーションで最大1回だけレビューすることができる。
- 6) メジャーエラーを適用したり、レビューを却下したりするには、3人の STC のうち2人が同意しなければならない。
- 7) レビュー終了後、レフリーはメジャーエラーに関する STC パネルの最終決定をスコアラーに伝える。

## 減点

有効な不一致動作ごとに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、シンクロナイゼ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	2
	STC-2	17	7	1
	STC-3	24	4	2
	Average:	20.3	5.3	2 (video review*)
	Deduction	$20.3 \times 0.1 = 2.03$	$5.3 \times 0.5 = 2.67$	$2 \times 3.0 = 6.0^*$
	Total:	10.7		

\*注：メジャーエラーを入力するとビデオレビューが開始され、この例では、レビューの結果、STC パネル（レフリーが上記Cセクションに従ったプロセスを注視し確認する）により、2つのメジャーエラーがあったと判断され、レフリーはこの減点をスコアラーに確認する。

## 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)

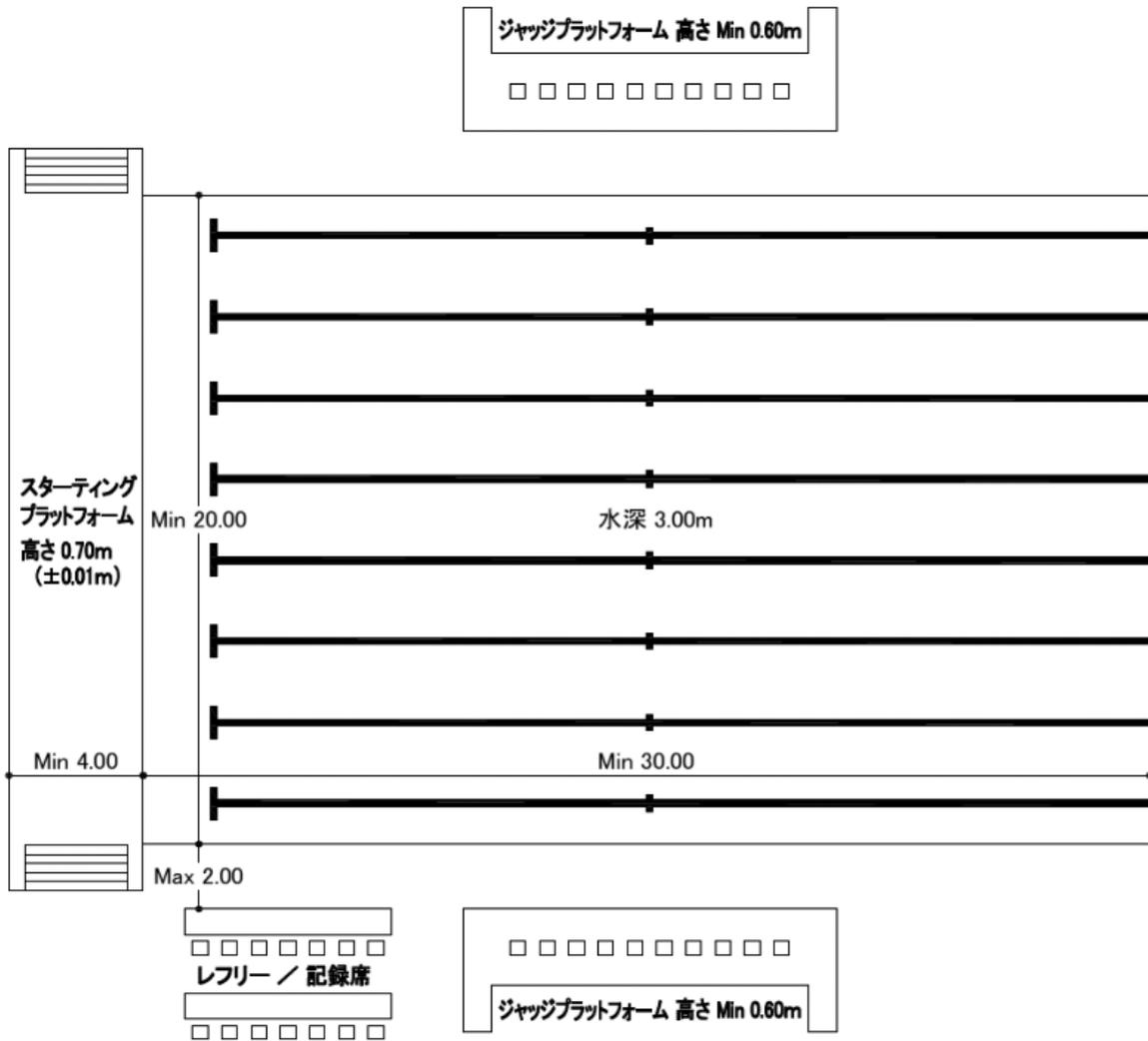
水面上1mの高さで1500ルクス以上でなければならない。

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

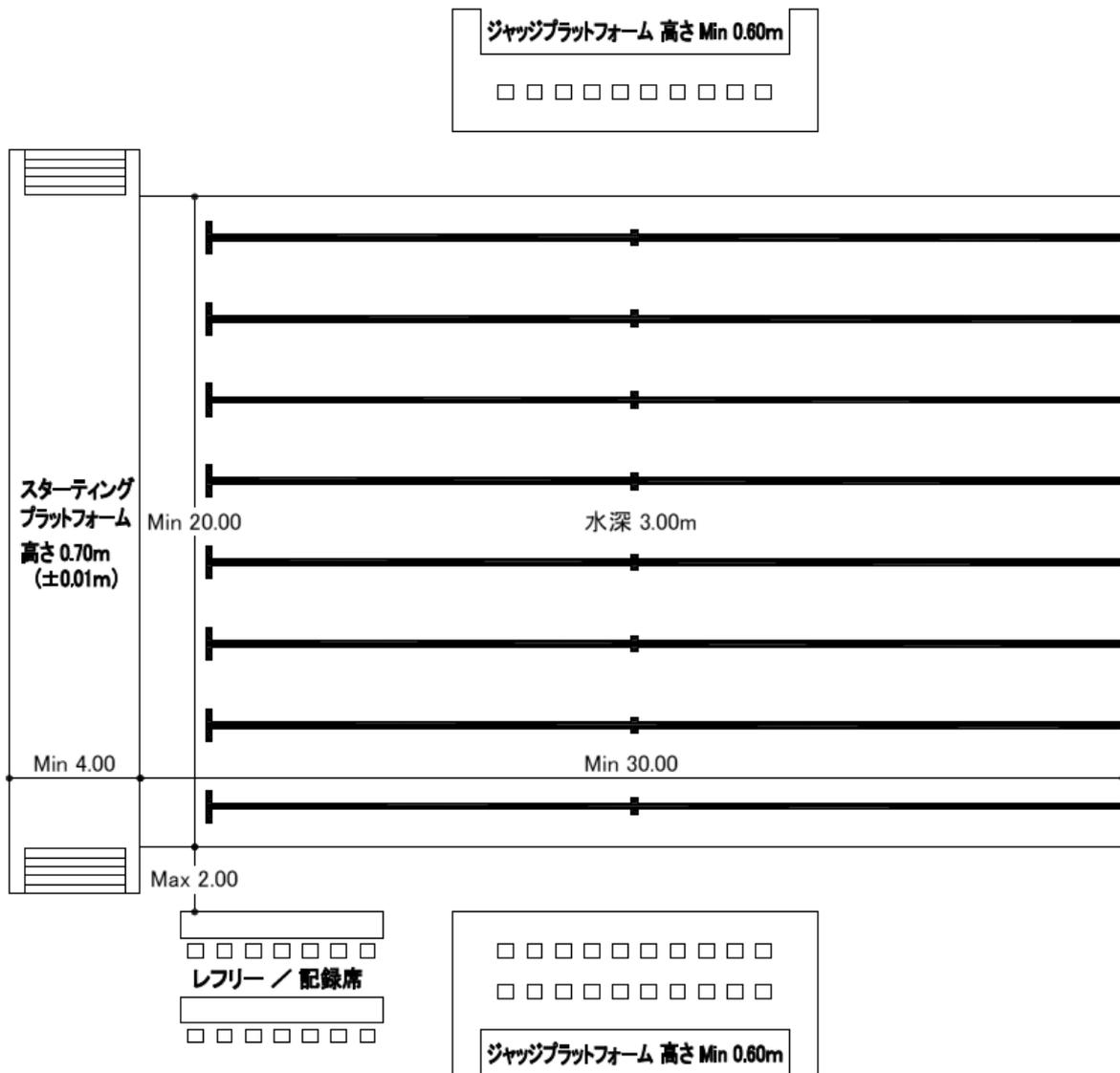
ジャッジ台はプール両側に配置し、机と椅子を備え、高さは最低0.6mとすること。ジャッジ台は、プールの端から2m以内とする。

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・公認競技会で、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、競技会の競技場内でつけることのできるロゴ・マーク、メーカーのロゴ・マークについては、以下の通り行う。(違反があった場合は、その大会の出場を停止させることもある)

①水着には、競技会の競技場内では、大きさ30cm<sup>2</sup>以内であればメーカーのロゴ・マークをつけることができる。

②ウェアには競技会の競技場内では、大きさ40cm<sup>2</sup>以内であればメーカーのロゴ・マークをつけることができる。

③その他の持ち物には、競技会の競技場内では、大きさ20cm<sup>2</sup>以内であればメーカーのロゴ・マークをつけることができる。

④メーカーのマークは前項の大きさ以内であれば重複してもよいが、ロゴは1カ所のみしか使用できない。ただし、使用される1枚の水着について、最大30cm<sup>2</sup>のメーカーのロゴは、ウエストより上の位置に1つ、下の位置に1つ許される。これらのロゴは、相互にすぐ近くに隣接して置いてはならない。ツーピースの水着に関しては、上部に1つのメーカーのロゴが、そして下部に1つが許される。

⑤競泳競技の水着には、その大会に出場する所属チーム名、都道府県名の表示は50cm<sup>2</sup>以内とする。

⑥前項にあげた『水着および衣類、持ち物』についてメーカーのロゴ・マーク、所属チーム名、都道府県名のほかに本連盟により認可されたスポンサーロゴ・マークを1つ付けることができる。(「競技会において着用、または携帯することができる水泳用品、用具の商業ロゴ・マーク等についての取扱い規定」参照)

### 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  
2025

第1刷 2025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/>