

**スイスオープン2017 シンクロ日本代表派遣選手最終選考会
選考規定**

・選考課題Ⅰのスィムは水着・キャップ・ゴーグル(自由)、腹筋・背筋・腕立ては黒水着、懸垂は半袖Tシャツ・ショートパンツ・運動靴を着用する。

・選考課題Ⅱ・Ⅲは、黒水着・白帽子で行う。

・選考課題Ⅱ ルーティンセットは、ゴーグルを着用しても良い。

選考課題Ⅰ	フィジカルテスト
--------------	-----------------

- | | | | |
|---|-----------|---------|--------------------|
| ① | 腹筋 | 50回 | ＜ピッチ音80リズム(1分間)＞ |
| ② | 背筋 | 1分間保持 | |
| ③ | 腕立て | 10回 | ＜ピッチ音70リズム(1分間)＞ |
| ④ | チンニング(懸垂) | 2回 | (30秒以内に2回顎をタッチする) |
| ⑤ | 100m Free | 1分7秒未満 | (1分10秒以上は選考対象外とする) |
| ⑥ | 200m Free | 2分25秒未満 | (2分30秒以上は選考対象外とする) |
- * フィジカルテストの条件をクリアできなかった場合は、1項目につき1点減点(最大6点)。

			満点
選考課題Ⅱ	ルーティンセットⅠ	100	190
	ルーティンセットⅡ	90	

* 身長減点(165cm未満の場合、1cmにつき、1点減点)を課す。

選考課題Ⅰ+選考課題Ⅱ+身長減点 ⇒上位15位が選考課題Ⅲを行う。

* 上記選考に洩れた者の内、最上位1名は、選考課題Ⅲのプレスイマーとする。

選考課題Ⅲ	チームテクニカルルーティン 個人連続2回	合計200点×0.5×1.1	110	110
-------	----------------------	----------------	-----	-----

最終結果	選考課題Ⅰ+選考課題Ⅱ+身長減点+選考課題Ⅲ
-------------	-------------------------------

※ 最終結果が同点の場合、以下の手順で順位を決定する

- ① 選考課題Ⅱの得点の高い者
- ② それでも同点の場合は、選考課題ⅡのルーティンセットⅠの得点の高い者
- ③ それでも同点の場合は、選考課題ⅡのルーティンセットⅠ採点種目⑤の得点が高い者