

大阪体操協会適用規則 大阪オープン女子

2025.4改定

区分	Aクラス	Bクラス	Cクラス		Dクラス	
学年区分	中1~中3	小4~小6	C Iクラス(小1~小4) C IIクラス(小5~中3)		D Iクラス(年長~小4) D IIクラス(小5~中3)	
種目			跳馬・段違い平行棒・平均台・ゆか		D Iクラス(とび箱・鉄棒・平均台・ゆか) D IIクラス(跳馬・鉄棒・平均台・ゆか)	
			禁止技:C難度以上(ダンス系を除く) 終末技はB難度以上		禁止技:B難度以上(ダンス系を除く)	
			寸度 構成要求(CR)		寸度 必須構成内容	
跳馬	日本体操協会 2025年版 採点規則 変更規則Iを適用	日本体操協会 2025年版 採点規則 変更規則IIを適用	C I・C II 跳馬 110cm スプリング 2・1・2も 可とする	Dスコア 最大3.00 Dスコア3.00以上の跳躍技を実施された場合、それぞれの跳躍技にDスコア3.00が与えられる ※難度表にない跳躍技での実施 ・台上前転、開脚とび Dスコア0.00/Eスコア8.00から減点 Eスコア 10.00から減点 ※2回の跳躍を実施し、良い方のスコアを有効点とする	D I とび箱 横90cm (±5cm) D II 跳馬 110cm	採点規則集に記載のない跳躍技を行ってもよい 採点は10.00から減点 ※2回の跳躍を実施し、良い方のスコアを有効点とする
			高棒 255cm 低棒 175cm	CR1:低棒と高棒で少なくとも1つ以上の技を実施 CR2:開始技(逆上がりは認められない) CR3:空中局面を伴わない棒に近い回転系の技 CR4:後方車輪と後ろ振り上げ倒立(閉脚/開脚) ※CR4内訳 後方車輪または後ろ振り上げ倒立(閉脚/開脚)のどちらかできれば0.30 両方できれば0.50 ※禁止技としない技 例:後方シュタルダー倒立・後方浮支持回転倒立など ※技の実施なしでの棒間移動は減点しない ※同一技は2回まで難度点として数えることができる Eスコア 10.00から減点	鉄棒 (D I) 160cm (D II) 180cm	5つの運動または 技で実施 ※逆上がり、棒下振り出し下り(フット下り)も認める ※後ろ振り上げが倒立になっても減点はない ※後方浮支持回転が倒立近い角度になっても減点はない 採点は10.00から減点
平均台			平均台 125cm	CR1:180度の開脚(前後/左右)または左右開脚屈身のリープ、ジャンプを1つは含む、少なくとも2つの異なるダンス系の技からなる組み合わせ CR2:ターン(グループ3) CR3:前方/側方のアクロバット系の技 CR4:後方のアクロバット系の技 ※同一技は2回まで難度点として数えることができる 【演技時間90秒まで】 Eスコア 10.00から減点	平均台 110cm	①最大1往復半の演技 ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ(グループ2) ④バランス系要素を1つ(グループ4) ⑤片足上の180以上のターンを少なくとも1つ(グループ3) ※片足上180のターンは採点規則集にはないが実施しても減点しない ※②~⑤は台上で実施しなければならない 採点は10.00から減点【演技時間60秒まで】
ゆか				CR1:180度の開脚(前後/左右)または左右開脚屈身の跳躍技を1つは含む 2つの異なるリープまたはホップ(難度表にある)直接または間接(ランニングステップ、小さなリープ、ホップ、シャッセ、シネターンが入った)の組み合わせでの移動 CR2:ターン(グループ2) CR3:前方/側方のアクロバット系の技 CR4:後方のアクロバット系の技 ※同一技は2回まで難度点として数えることができる 【演技時間90秒まで】 Eスコア 10.00から減点		①最大1往復半の演技(対角線のみを使用) ※1往復半以上の演技は1.00の減点 ②アクロバット系の技を少なくとも2つ ③リープ・ジャンプ・ホップの中から少なくとも2つ(グループ1) ④バランス系要素を1つ ⑤片足上の360以上のターンを少なくとも1つ(グループ2) ※音楽伴奏はあってもなくてもよい ※アクロバット系の技の前に1回より多く両足(パレエの6番)で立ち、静止をしても減点はない 採点は10.00から減点【演技時間60秒まで】
			D スコア	別紙参照		※平均台・ゆかの必須構成内容5つは必ず入れる (ない場合は各0.50の減点) ※平均台・ゆかの②・③は同一技を2回実施してもよい ※鉄棒は同じ運動または 技を2回まで実施してもよい ※落下・転倒の減点は0.50とする ※変更規則でA難度として認められる技は、使用してもよい
			E スコア	Eスコア 演技の実施、芸術的表現、すべてが完璧であれば10.00を獲得することができる 【平均台・ゆか共通】 芸術性の減点 最大1.00 ・身体の姿勢が悪い(-0.10/0.20/0.30) ・動きの大きさが不十分(-0.10/0.20/0.30) ・美しさに欠ける足さばき(-0.10/0.20/0.30) ・身体の各部位が芸術的表現に十分に関与していない(-0.10)		

備考:1) 大阪体操協会適用規則以外は、2025年版日本体操協会制定採点規則を適用する

2) 着地用追加マット(10cm)はDクラスでは置いても置かなくてもよい。(減点はない) ただし、A・B・Cクラスは必ず置くこと

3) 器具の高さ 床面から計測する

## 《Cクラス》 Dスコアに関する規則

**Dスコア 最大3.00**【**難度点 最大0.80 構成要求(CR)最大2.00(各0.50) 終末技ボーナス 0.20**】

- ・段違い平行棒、平均台、ゆかでは終末技を含む最大8つの難度点、構成要求、終末技ボーナスを含む
- ・難度点の制限:B 難度、C 難度以上(ダンス系の技のみ)の技はそれぞれの技に、最大 0.10 の価値を与える
- ※平均台・ゆかでは数えられた8つの技の中には少なくとも以下を含めなければならない

3つのダンス系の技 ・3つのアクロバット系の技 ・残りの2つの技は任意選択

### 終末技について

終末技ボーナス A難度の終末技に対して0.20のボーナスが与えられる

- ・終末技ボーナスは難度表にある技のみボーナスが与えられる
- ・ボーナスを与えるためには、終末技は転倒することなく実施されなければならない
- ・終末技として承認できない技の実施は技数としても数えないが、「終末技なし」の減点は適用しない
- ※段違い平行棒では、低棒で終末技を実施した場合、難度点及び終末技ボーナスは与えられない
- ※ゆかの終末技は、同一技は認められず、アクロラインでなければならない

◇変更規則で A 難度として認められる技は、構成要求に使用できない

◇短い演技の減点は変更規則を適用する

## 大阪体操協会適用規則 大阪オープン 女子(採点指針) 2025.4月改定

全体として	① 身体の細部まで常に意識された美しい姿勢 ② 技術欠点、姿勢欠点のない正確な基本技
跳馬	① 助走から着手までのスピードと鋭い突き上がりのあるダイナミックな跳躍 ② 第1空中局面、支持局面に欠点がない正確な実施 ③ 着地の先取りができる跳躍
段違い平行棒	① 腕の曲がり、膝・つま先の緩みがない美しく伸びた体線での正確な技の実施 ② け上がり、後ろ振り上げ倒立や支持回転系の技において、姿勢欠点がない正確な技の実施 ③ 振幅の大きな車輪系の技、支持回転系の技、終末技の実施
平均台	① -美しい脚のラインと重心が高い立ち姿勢 -高いトウ立ちとつま先まで意識された美しい足の動き ② -姿勢欠点がない正確なアクロバット系の技の実施 -ジャンプ・リープ・ホップに高さや身体のハリがあり、すべてのダンス系の技において姿勢欠点がない正確な実施 ③ 身体を最大限に使い、演技全体に流れのある芸術的な演技
ゆか	① 立ち姿勢や歩く姿勢も含め、常に身体の細部までコントロールされた美しい姿勢での演技 ② -アクロバット系の技の高さがあり、着地姿勢までコントロールされた正確な実施 -ジャンプ・リープ・ホップに高さや身体のハリがあり、すべてのダンス系の技においてコントロールされた正確な実施 ③ 身体を最大限に使い、表情を含め表現力豊かで芸術的な演技

## 大阪体操協会適用規則 大阪オープン 女子(禁止技)

女子	Cクラス	Dクラス
跳馬		
段違い平行棒 鉄棒	C難度以上の技 およびB難度以上の終末技	B難度以上の技
平均台	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上の技 およびB難度以上の終末技	空中局面を伴うアクロバット系のB難度以上の技
ゆか	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上の技 およびB難度以上の終末技	空中局面を伴うアクロバット系のB難度以上の技

※万一禁止技を実施した場合は、次のとおりとする。

実施した禁止技の難度は認めない。ただし、実施減点はなされる。

実施した場合、すべてのクラスにおいて0.50の減点とする。(禁止技を行った回数×0.50)