

大阪体操協会 男子適用規則 Challenge&Dream大会 (CD大会)

区 分	Challenge I・II クラス	Dream I・II クラス
ゆ か	難度 2.10 実施 7.40 加点 0.50 ・難度は0.3×7技 ・加点(0.50)	規定演技
鉄 棒	熟練性0.50 ・技はすべて 2回まで認定できる	規定演技
あん馬	規定演技	規定演技
跳 馬 (2助走1試技)	下記に示す難度点 + 加点 0.5	規定演技
平行棒	規定演技	
つり輪	規定演技	

大阪体操協会 跳馬 基礎点

前転とび 9.50 側転とび1/4ひねり 9.50

前転とびひねり 9.70 側転とび3/4ひねり 9.70

開脚とび・閉脚とび 4.00

\* 宙返りを伴う技、1回以上のひねり技は禁止

## C I・IIクラス あん馬(円馬) 規定演技

I	10.0	閉脚旋回10周 (正面支持～馬を正面にして着地)
---	------	-----------------------------

## C I・IIクラス つり輪 奨励種目 規定演技

区分	配点	解説文
I	1.5	腕を軽くまげて引き上げ逆懸垂～前振り出し～懸垂後ろ振り
II	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
III	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
IV	2.0	懸垂前振り～懸垂後ろ振り
V	2.0	後方かかえ込み宙返り下り
	0.5	加点

## C I・IIクラス 平行棒 規定演技

区分	配点	解説文
I		予備運動支持静止から両足を前に上げ、後ろ振り
II	2.0	支持前振り～後ろ振り
III	2.0	支持前振り～後ろ振り
IV	2.0	支持前振り～後ろ振り
V	2.0	支持前振り～後ろ振り
VI	1.5	支持前振り～後ろ振り片手持ち替えて下向き下り(バーを横にして着地)
	0.5	加点

## D I・IIクラス ゆか 規定演技

区分	配点	解説文
I	2.0	直立から1歩踏み出して水平バランス(2秒静止)
II	2.0	倒立前転
III	3.0	3～5歩助走し前転とび両足着地
IV	3.0	→直ちにホップ～ロンダートジャンプ着地

## D I・IIクラス あん馬(円馬) 規定演技

I	10.0	閉脚旋回5周 (正面支持～馬を正面にして着地)
---	------	----------------------------

※全体を通して逆にできる。

## D I・IIクラス 跳馬(とび箱) 規定演技

I	10.0	前転とび
---	------	------

## D I・IIクラス 鉄棒 規定演技

I	2.0	逆上がり支持
II	2.0	後方支持回転
III	3.0	前方支持回転～後ろ振り上げ
IV	3.0	後方開脚足裏支持棒下振り出し下り

※小欠点(0.10)・中欠点(0.20)・大欠点(0.30)・落下(0.50)とする。

また9.0から0.05採点を採用する。

大阪体操協会 男子適用規則 Challenge&Dream大会(CD大会)寸度表 2024.4改定

\*計測は床面から

区分	Challenge I・II クラス	Dream I・II クラス
あん馬	円馬 (10cm or 12cm着地マット) 踏み台	円馬 (10cm or 12cm着地マット) 踏み台
つり輪	265cm (20cm着地マット) +20cmセーフティマット	
跳馬	跳馬 110cm (20cm着地マット)	とび箱 横向き(中型) 100cm±5cm (20cm着地マット)
平行棒	160cm (20cm着地マット)	
鉄棒	275cm (20cm着地マット×2) +20cmセーフティマット	180cm (20cm着地マット)

※追加着地補助マット10cm厚を認める。

つり輪1枚、跳馬1枚(4m×2m)、平行棒1枚、鉄棒2枚(2m×2m4枚でも可)

※あん馬の踏み台に関しては、ロイター板・とび箱の1段・セフティーカラー。持ち込み可。

※跳馬のロイター板はスプリング式(2・1・2も可とする)。

大阪体操協会 男子適用規則 Challenge&Dream大会(CD大会)禁止技 2025.4改定

区分	Challenge I・II クラス
禁止技	C難度以上
ゆか	前方宙返り1回以上のひねり技 後方宙返り3/2回以上のひねり技 2回宙返り技 *2025年度版採点規則 グループ I (跳躍技以外の技)のC難度以上は可
跳馬	宙返りを伴う技 1回以上のひねり技
鉄棒	宙返りひねり下り 2回宙返り下り