

大阪体操協会適用規則 大阪オープン 女子

※計測は床面から

2024.4 改定

区分	Aクラス	Bクラス	C Iクラス	C IIクラス	区分	D Iクラス	D IIクラス
学年別	中1～中3	小4～小6	小1～小4	小5～中3	学年別	年長～小4	小5～中3
項目			跳馬・段違い平行棒・平均台・ゆか		項目	とび箱・鉄棒・平均台・ゆか	跳馬・鉄棒・平均台・ゆか
			器具寸度	必須構成内容	器具寸度	必須構成内容	
跳馬 125cm	日本体操協会 2022年版採点規則 変更規則Iを適用	日本体操協会 2022年版採点規則 変更規則IIを適用	C I・II 跳馬 110cm	構成要求 D 最大3.00P (3.00P以上の跳躍技を実施しても3.00Pとする) E 10.00から実施減点 ※難度表にない跳躍技での実施は E 8.00から実施減点 Dなし ※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる	D I とび箱 横 90cm (±5cm)	採点規則集にない要素でもよい (全て10.00満点)	
段違い 平行棒 (鉄棒)			255cm  175cm	①構成要求はない。但し一技不足毎に0.5減点とする ②開始・終末技は要素でなくてもよい ※倒立局面を逸脱することによって 難度が変わる要素に対しては 禁止技としない (例) 後方浮支持倒立  後方浮支持回転倒立など ※技の実施なしで棒を換えても減点しない ※使用する棒は、高棒のみ・低棒のみ・両棒を 使用しても採点には影響しない ※とびつく際、補助をしても減点対象とならない E 12.50から実施減点	鉄棒 D I 160cm D II 180cm	※2回の跳躍。よい方の得点が有効点となる	
平均台			平均台 125cm  演技時間 90秒まで	①180°開脚(前後/左右)または左右開脚屈身姿勢を伴う1つの跳躍技 ②ターン(グループ3) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤終末技はA難度のみ ※難度表にない開始技を実施しても減点しない E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・立ち姿勢を含めた美しい体線での実施 0.30まで ・芸術的な演技 0.30まで  ・構成と振り付け 0.30まで	平均台 110cm  演技時間 60秒まで	①5つの運動または難度で実施 ※後ろ振り上げが倒立になっても減点しない ※後方浮支持回転が倒立近い角度になっても減点しない	
ゆか			ゆか  演技時間 90秒まで	①180度の開脚(前後/左右)または左右開脚屈身姿勢の跳躍技を1つは含む2つの異なるリープまたはホップの組み合わせでの移動 ②ターン(グループ2) ③前方/側方のアクロバット系の技 ④後方のアクロバット系の技 ⑤最後のアクロバット系の技はA難度のみ  E 10.00から実施と芸術性と振り付けを減点 芸術性(最大0.90) ・芸術的な演技 0.30まで ・構成と振り付け 0.30まで ・音楽と音楽性 0.30まで	ゆか  演技時間 60秒まで	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	
Dスコア			D 5つ以上の難度を入れる DV(難度点)は最大0.50とする (すべての難度を各0.10の価値とする) 構成要求 各0.50P(2.50P)				
Eスコア	E 10.00から実施と芸術性の減点 (平均台とゆかのみ)						
禁止技	なし	なし	C難度以上(ダンス系を除く)		B難度以上(ダンス系を除く)		
			全種目最大13.00満点とする		全種目難度点を問わず10.00満点とする		

備考：1) 大阪体操協会適用規則以外は、日本体操協会制定の2022年版女子採点規則 変更規則I・IIを適用

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。(減点はしない)

ただし、A・B・Cクラスは必ず置くこと。

3) Aクラスの各種目で難度表にはないが、変則規則でA(0.10)の難度点として認められる技はB・C・Dクラスでも同様に扱う。

大阪体操協会適用規則 大阪オープン 女子《採点指針》 2024.4 改定

全体として	①身体の詳細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く正確な実施 ③ 着地の先取りができる跳躍
段違い 平行棒	①腕の曲がりや膝・つま先の緩みの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、姿勢欠点の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実施 －ジャンプ・リープ・ホップに高さや身体ハリがあり、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、常に身体の詳細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・ホップの高さと身体ハリがあり、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、表現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
跳馬	
段違い平行棒	C難度以上の技   終末技はB難度以上禁止
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   終末技はB難度以上禁止
ゆか	空中局面を伴うアクロバット系のC難度以上の技   終末技はB難度以上禁止

\* 万一禁止技を実施した場合は、男女とも次のとおりとする。

1. 跳馬の場合は0点とする。
2. 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。
3. 実施した場合、全ての級において各0.50の減点とする。