



ジャッジング システム

# テクニカル パネル ハンドブック

シングル・スケーティング

2023/2024 版

2023年7月8日 版  
(日本語訳: 2023 年 8 月 11 日 第 1 版)

## コールの手順

ショート・プログラムとフリー・スケーティングのいずれに関しても、(可能な限り)いかなる場合でも要求される要素ではなく実際に行われた要素をコールすべきである。

いかなる間違った要素も“\*”を受け、結果的に“無価値”になる。計算システムにより、要素に“\*”が付いた場合、テクニカル・パネルは“\*”が正しい箇所にあるかを確認しなければならない。例えば、フライング・スピンを試みて失敗した場合、誤ったスピンとして“\*”が付くことを避けるため、“スピン”の代わりに“フライング・スピン”とコールしなければならない。

## 概要

ショート・プログラムおよびフリー・スケーティングにおいて、規定時間(+10 秒)を越えて開始された要素は、テクニカル・パネルから採点されず、無価値となる。

転倒のコールの手順: 要素中に転倒があった場合には、“Fall(フォール)”とコールする(例: 3F, フォール)。要素外で転倒があった場合には、“Fall outside(フォール・アウトサイド)”とコールする。要素中あるいはプログラムの途中で発生した転倒は、通常の方法で確認しなければならない。

転倒とは、スケーターがコントロールを失い、その結果体重の過半が身体のブレード以外の部分、例えば片手または両手、片膝または両膝、背、片尻または両尻、腕の一部によって氷上に支えられた状態と定義される。

# ステップ・シーケンス

## ルール

概要	すべてのステップ・シーケンスは音楽の特徴に合わせて行われなければならない。音楽に合った短い停止は許される。ステップ・シーケンスは氷面を十分に活用していなければならない。  ターンとステップは、シーケンス全体にバランスよく分布していなければならない。
ショート・プログラム	シニア男子・ジュニア男子およびシニア女子・ジュニア女子は、ショート・プログラムで氷面を十分に活用した1つのステップ・シーケンスを含まなければならない。  ステップ・シーケンスの中には、(あらゆる回転数の)表外ジャンプや(最大1回転の)表内ジャンプを減点なく含めることができる。ステップ・シーケンス中に含まれる1回転以内の表内ジャンプはコールされずボックスを占めない。
フリー・スケートティング	よくバランスの取れたシニアのフリー・スケートティング・プログラムには、氷面を十分に活用した1つのステップ・シーケンスを含まなければならない。ステップ・シーケンスはジュニアのフリー・スケートティングには含まない。  ステップ・シーケンスの中には、あらゆる回転数の表外ジャンプや最大1回転の表内ジャンプを減点なく含めることができる。ステップ・シーケンス中に含まれる1回転以内の表内ジャンプはコールされずボックスを占めない。ステップ・シーケンス中には1回転を超える表内ジャンプを含むことはできるが、コールされボックスを占める。ステップ・シーケンスは氷面を十分に活用しなければならない。短すぎてやっとならなければならないものはステップ・シーケンスの要件を満たすとはみなされない。

## レベル特徴

- 1) シーケンス中の難しいターンおよびステップが、最低限に多様(レベル1)、やや多様(レベル2)、多様(レベル3)、複雑(レベル4)である(必須)
- 2) 両方向(左と右)への回転。体が完全に回転すること、また、各回転方向とも全体でパターンの1/3以上をカバーすること。
- 3) パターンの1/3以上で身体の動きを使っている。
- 4) シーケンス中に、難しいターン3つの組み合わせを連続して流れるように実行する。異なる組み合わせを各足1つずつ。2つの組み合わせで繰り返してよいのは、難しいターン1つだけである。数えられるのは、各足とも最初に試みられた組み合わせのみである。

## 明確化

パターン	ステップ・シーケンスにはもはや要求されるパターンはないが、氷面を十分に活用していなければならない。ステップ・シーケンスは、はっきりと認識できるものであり氷面の全体を活用して行われなければならない(例: ストレート・ライン、サーペンタイン、サーキュラー(円、楕円)、または類似の形状)。上記が達成されない場合は無価値となる。 特徴の2と3でいう“パターン”とは、スケーターが実際に行ったパターンを意味する。
パターンの始まりと終わり	これはスケーターが実際にシーケンスを開始するまたは完結するときである。
ターンおよびステップの定義	ターン: ツイズル、ブラケット、ループ、カウンター、ロッカー、スリー・ターン。 ステップ: トウ・ステップ、シャッセ、モホーク、チョクトウ、チェンジ・エッジ、クロスロール。

<b>チョクトウの定義</b>	チョクトウは片方の足からもう片方の足への踏み換えであり、その際に出のエッジのカーブが入りのエッジのカーブと反対になるものである。足換えはアウトサイドエッジからインサイドエッジまたはその逆に、フォワードからバックワードまたはその逆に、直接行う。
<b>難しいターンおよびステップの定義</b>	<p>難しいターンおよびステップ: ツイズル、ブラケット、ループ、カウンター、ロッカー、チョクトウ。ターンおよびステップはクリーンなエッジで行われなければならない。</p> <p>ターンが“跳んでしまった”場合、行ったものとして数えない。</p>
<b>最低限に多様な (Minimum Variety)</b>	難しいターンやステップが 5 個以上含まれなければならない。どの種類も数えてよいのは 2 個までである。
<b>やや多様な (Simple Variety)</b>	難しいターンやステップが 7 個以上含まれなければならない。どの種類も数えてよいのは 2 個までである。
<b>多様な (Variety)</b>	難しいターンやステップが 9 個以上含まれなければならない。どの種類も数えてよいのは 2 個までである。
<b>複雑な (Complexity)</b>	<p>難しいターンやステップが 11 個以上含まれなければならない。どの種類のターンやステップも数えてよいのは 2 個までである。</p> <p>5 種類のターンやステップはそれぞれ両方向で行われなければならない(方向とは、ターン中に体が右に回転するか左に回転するかを指す)。</p>
<b>最低限に多様でない、最低限に多様なだけ、やや多様なだけ、多様なだけ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- スケーターのステップおよびターンが最低限に多様でなければ、レベルはベーシックより高くない。</li> <li>- スケーターのステップおよびターンが最低限に多様であるだけなら、レベルは 1 より高くない。</li> <li>- スケーターのステップおよびターンがやや多様であるだけなら、レベルは 2 より高くない。</li> <li>- スケーターのステップおよびターンが(複雑ではなく)多様なだけであれば、レベルは 3 より高くない。</li> </ul>
<b>分布</b>	<p>ターンおよびステップは、シーケンス全体に分布していなければならない。</p> <p>ターンとステップが両方ともない部分が長くあってはならない。</p> <p>この要求が満たされない場合、レベルはベーシックより高くない。</p> <p>スケーターはステップ・シーケンス中にスプレッド・イーグルやスパイラルのようなフリー・スケートイング・ムーブメントを含んでもよく、それがターンとステップの分布に影響を与えることはない。</p>
<b>両方向への回転</b>	<p>この特徴は、“スケーターが、リストにあるかないかにかかわらずあらゆるターンやステップで、シーケンス全体の少なくとも 1/3 をある一方向に連続して回転し、次にシーケンス全体の少なくとも 1/3 を反対方向に連続して回転する(時計回りと反時計回り)”または“スケーターがステップ・シーケンス全体を通じて、リストにあるかないかにかかわらずあらゆるターンやステップで、(連続ではなくても)合計してシーケンスの少なくとも 1/3 をある一方向に回転を行い、(連続ではなくても)合計してシーケンスの少なくとも 1/3 を反対方向に回転を行う(時計回りと反時計回り)”ことを意味する。</p> <p>“完全な体の回転”とは完全に 1 回転することを意味する。スケーターがただ単に半回転してバックやフォアに向きを変えることではない。</p>
<b>身体の動きを使っている</b>	<p>身体の動きを使っているとは、合計すればステップ・シーケンスのパターンの 1/3 以上で両腕および/または、頭、および/または胴体、および/またはヒップ、および/または両足の動きをはっきりと使い、これらの動きが体幹のバランスに影響を及ぼしていることを意味する。</p> <p>体幹のバランスに影響を与えることとは、体全体のバランスに影響を与えることやブレード上に乗るバランスに影響を与えることとしても解釈できる。</p>

<p><b>難しいターン3つの組み合わせ2つ (各足で1つずつ)</b></p>	<p>難しいターンとは、ロッカー、カウンター、ブラケット、ツイズル、ループである。</p> <p>2つの組み合わせで繰り返してよいのは、難しいターン1つだけである。1つの組み合わせの中に繰り返しのターンを行ってもよい(例. 1つめの組み合わせ: ロッカー、カウンター、ロッカー、2つめの組み合わせ: ブラケット、ツイズル、ループ)。あるいは、それぞれの組み合わせの中で繰り返しのターンを1度ずつ行ってもよい(例. 1つめの組み合わせ: ブラケット、カウンター、ループ、2つめの組み合わせ: ロッカー、カウンター、ツイズル)。</p> <p><b>組み合わせの中では:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スリー・ターン、チェンジ・エッジ、ジャンプ/ホップ、足換えは許されない;</li> <li>・1つのターンの出のエッジが次のターンの入りのエッジとなる。</li> <li>・フリー・フットが氷に触れてはならない。</li> <li>・組み合わせはシーケンス中で連続して流れるように行われなければならない。</li> </ul> <p>各足とも試みられた<b>最初の組み合わせのみ</b>が数えられる。</p> <p>最大ターン数の制限はないが、数えられるためには正しい難しいターンが3つ連続で成功しなければならない。例えば、次のような場合に認められる: 1つめの組み合わせ: ロッカー、ブラケット、カウンター、2つめの組み合わせ: ロッカー、カウンター、ツイズル、ループ。2つ目の組み合わせでは、3つ連続した正しい難しいターン(カウンター、ツイズル、ループ)が組み合わせとして数えられる。</p>
<p><b>ステップ・シーケンス中に行われた1回転以内のジャンプ</b></p>	<p>ショート・プログラムとフリー・スケーティングの両方ともにおいて、ステップ・シーケンスの中には、(あらゆる回転数の)表外ジャンプや(最大1回転の)表内ジャンプを減点なく含めることができる。ステップ・シーケンス中に含まれる1回転以内の表内ジャンプはコールされずボックスを占めない。</p>
<p><b>ステップ・シーケンス中に行われた1回転を超えるジャンプ</b></p>	<p>ショート・プログラムでは1回転を超える表内ジャンプは要素としては無視されるが、“1回転を超える表内ジャンプが含まれている”ことによりジャッジからGOEを1点減点される。</p> <p>フリー・スケーティングのステップ・シーケンスには1回転を超える表内ジャンプを含んでもよい。それらは認定されジャンプ・ボックスを占める。</p> <p>いずれにせよ、これらのジャンプはステップ・シーケンスの難度レベル決定に影響しない。</p>

# コレオグラフィック・シーケンス

## ルール

フリー・スケートニング	<p>コレオグラフィック・シーケンスは、スパイラル、アラベスク、スプレッド・イーグル、イナ・バウアー、ハイドロブレーディング、最大2回転までのあらゆるジャンプ、スピンなど2つ以上の異なるムーブメントから構成される。2つ以上のムーブメントのつながりにはステップやターンを使うことができる。コレオグラフィック・シーケンスに含まれるリストにある要素はコールされずボックスを占めない。パターンは制限されないが、シーケンスがはっきりと分かるものでなければならない。</p> <p>テクニカル・パネルは、コレオグラフィック・シーケンスが最初のスケートニング動作で始まり(そのコレオグラフィック・シーケンスがプログラムの最後の要素でない場合)次の要素の準備により終了したと判断する。コレオグラフィック・シーケンスは、ステップ・シーケンスの前後いずれに行ってもよい。</p> <p>コレオグラフィック・シーケンスは、ジュニアとシニアのフリー・スケートニングに含まれる。 この要素には固定された基礎値があり、ジャッジのGOEのみで評価される。</p>
-------------	--

## 明確化

コレオグラフィック・シーケンスのコールの仕方	コールは(シーケンスがカウントされる場合)、“コレオ・シーケンス・コンファームド”となり、逆にカウントされない場合、“コレオ・シーケンス・ノーバリュウ”となる。
コレオグラフィック・シーケンスをコンファームする時	コレオグラフィック・シーケンスは2つの異なるムーブメントが確認された後にコンファームされることができる。リプレイ・オペレーターはGOE評価のために、ビデオクリップ中の要素において全てのムーブメントが含まれていることを確認しなければならない。
リストにあるシングルおよびダブル・ジャンプ	コレオグラフィック・シーケンスに含まれるリストにあるシングル・ジャンプおよびダブル・ジャンプは、コールされず要素のボックスを占めない。
2回転より回転数の多いジャンプ	2回転より回転数の多いジャンプはコールされ数えられる。コレオグラフィック・シーケンスはこのジャンプが行われた時点で終了する。
スピン	コレオグラフィック・シーケンスに含まれるいかなるスピンもコールされず要素のボックスを占めない。
パターン	いかなるパターンも許されるが、シーケンスがはっきりと分かるものでなければならない。

# スピン

## ルール

概要	<p>2 回転の基本姿勢を伴わないスピンはレベルがなく無価値であるが、3 回転に満たないスピンはスピンではなくスケーティング動作とみなされる。</p> <p>1 つの姿勢で必要な最少回転数は途切れない 2 回転である。この要求が満たされない場合、その姿勢は数えられない。頭、両腕またはフリー・レッグの位置の変化、回転速度の変動は許される。</p> <p><b>姿勢:</b> 3 つの基本姿勢がある：</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- キャメル姿勢(フリー・レッグは後方に位置し、その膝がヒップより高い姿勢、ただし、レイバック、ピールマンおよび類似のバリエーションはそれでもアップライト・スピンとみなす)</li><li>- シット姿勢(スケーティング・レッグの大腿部が少なくとも氷面に平行)</li><li>- アップライト姿勢(キャメル姿勢を除き、スケーティング・レッグを伸ばして、または少し曲げて行うすべての姿勢)。</li></ul> <p>基本姿勢以外のすべての姿勢は非基本姿勢である。</p> <p><b>レイバック・スピン</b>とは、頭部および両肩部が後ろに傾き背が弓形のアップライト・スピンである。フリー・レッグの位置は自由である。</p> <p><b>サイドウェイズ・リーニング・スピン</b>とは、頭部および両肩部が横に傾き上体が弓形のアップライト・スピンである。フリー・レッグの位置は自由である。</p> <p>いかなるスピンにおいても、チェンジ・エッジは基本姿勢の中で行われた場合にのみ数えられる。</p> <p>いかなるスピンにおける足換えにも、足換え前後にスピン姿勢が少なくとも 3 回転なければならない。この要求を満たさなければ、そのスピンはショート・プログラムでは“無価値”となり、フリー・スケーティングでは“V”の記号が付く。</p> <p>スケーターがスピンの入りで転倒した場合やスピン中でいかなる失敗をした場合にも、この転倒あるいは失敗直後のスピンまたは回転動作は(時間を埋める目的で)許されるが、このスピン／動作は要素としては数えられない。</p> <p>スピン中に明らかな体重移動があった場合、これによりスピンは終了し、体重移動の前に行われた部分のみがコールされる。</p> <p>(足換えの前後の)回転軸が離れすぎ、“2 つのスピン”の基準(第 1 部分の後に(エグジット)のカーブがあり、第 2 部分への入り(エントリー)のカーブもある)が満たされる場合、足換え前の部分のみがコールされレベル特徴についての考慮がされる。</p> <p><b>スピン・コンビネーション:</b> 最低でも 2 つの異なる基本姿勢を含まなければならない、スピン中のいずれでもよいが、これらの姿勢はそれぞれ 2 回転ずつなければならない。非基本姿勢の回転数は総回転数に数えられる。非基本姿勢への姿勢の変更は、姿勢の変更とはみなされない。足換えは踏み換えまたはジャンプの形で行ってよい。足換えや姿勢の変更を行うのは同時または別々のいずれでもよい。</p>
----	--

	<p><b>単一姿勢のスピンの定義とフライング・スピン（足換えや姿勢変更のない、フライング・エントランスのスピンを意味する）:</b>非基本姿勢は許され、規定で要求されている総回転数に数えられるが、（この姿勢では）レベル特徴は獲得できない。</p> <p>単一姿勢のスピンの定義とフライング・スピンでは、スピンを終了する際のアップライト姿勢（ファイナル・ワインドアップ）は、そのようなファイナル・ワインドアップにおいて（チェンジ・エッジ、姿勢変化などの）特徴が追加されない限り、回転数にかかわらず別姿勢とはみなされない。</p> <p>スピンのジャンプで開始されるときには、踏み切り前の氷上での回転は許されず、ステップ・オーバー（宙に浮かないでまたいでいる状態）は、テクニカル・パネルが“V”の記号を付け基礎値を減点することによって考慮がされなければならない、ジャッジによって GOE で考慮がされなければならない。</p>
--	--

ショート・プログラム	<p><u>2023-2024</u> シーズンのショート・プログラムは以下の 3 つのスピンを含む。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- フライング・スピン <ul style="list-style-type: none"> <li>○ シニア: 単一姿勢のスピンの異なる着氷姿勢のフライング・スピン;</li> <li>○ ジュニア: フライング・シット・スピン、いかなる空中姿勢も許される</li> </ul> </li> <li>- 単一姿勢のスピンの定義 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ シニア男子: 1 回のみの足換えありの（フライング・スピンの着氷姿勢とは異なる姿勢の）キャメル・スピンまたはシット・スピン;</li> <li>○ シニア女子: レイバック・スピン/サイドウェイズ・リーニング・スピン、または足換えなしのシット・スピンまたはキャメル・スピン;（フライング・スピンの着氷姿勢とは異なる姿勢）</li> <li>○ ジュニア男子: 1 回のみの足換えありのキャメル・スピン</li> <li>○ ジュニア女子: レイバック・スピン/サイドウェイズ・リーニング・スピンまたは足換えなしのキャメル・スピン;</li> </ul> </li> <li>- 1 回のみの足換えありのスピンのコンビネーション。</li> </ul> <p>スピンは要求される最少回転数を回らなければならない:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- フライング・スピン、レイバック・スピンおよび足換えなしのシット・スピンまたはキャメル・スピンでは 8 回転</li> <li>- 足換えありのスピンのコンビネーションでは各足 6 回転</li> </ul> <p>これらの回転数に不足する場合はジャッジにより採点に反映されなければならない。</p> <p>スピンのコンビネーションでは足換えが要求される。</p> <p>フライング・スピンを除いて、スピンはジャンプで開始してはならない。</p>
------------	---

### ショート・プログラム特有の要素

女子: レイバック・スピン/サイドウェイズ・リーニング・スピン	<p>8 回転の間アップライト姿勢に起き上がることなく基本のレイバック姿勢またはサイドウェイズ・リーニング姿勢が保たれている限り、どのような姿勢でもよい。“ビールマン・スピン”の姿勢は、レイバック姿勢（バックワードおよび/またはサイドウェイズ）で要求された 8 回転をうまく回り切った後にのみ、レベルを上げる特徴とみなされる。この“ビールマン・スピン”の中で、スケーターがチェンジ・エッジや明らかな速度の増加および/またはいかなる変更もなく 8 回転を行った場合、追加的なレベル特徴は獲得できる。アドバンスト・ノービスでは、スケーターはビールマン姿勢を行う前にレイバック姿勢またはサイドウェイズ・リーニング姿勢で 6 回転しなければならない。</p>
---------------------------------	---

男子: 足換えありの単一姿勢のスピンの定義	<p>シニア・ジュニア: スピンには 1 回のみの足換えを含まなければならないが、足換えは踏み換えで行ってもジャンプで行ってもよい。</p> <p>シニア: スケーターはキャメル姿勢またはシット姿勢を選択しなければならないが、この姿勢はフライング・スピンの着氷姿勢とは異なるものでなければならない。</p> <p>ジュニア: シット姿勢またはキャメル姿勢のいずれか規定された姿勢のみ許される。</p> <p>シニア・ジュニア: スピンは足換え前後に少なくとも 3 回転ずつなければならない。</p>
-----------------------	---



足換えありのスピン・コンビネーション	<p>スピン・コンビネーションは、スピン中のどこであってもよいが少なくとも2つの異なる基本姿勢を含まなければならない、そのいずれの姿勢でも2回転が必要である。完全な価値を獲得するためには、スピン・コンビネーションは3つの基本姿勢をすべて含まなければならない。非基本姿勢の回転数は総回転数に数えられる。非基本姿勢への姿勢の変更は、姿勢の変更とはみなされない。</p> <p>1回のみの足換えを含まなければならないそれぞれの足で6回転以上必要である。足換えは踏み換えで行ってもジャンプで行ってもよい。足換えと姿勢変更は同時に行っても別々に行ってもよい。</p>
フライング・スピン	<p>フライング・スピンの名称は、そのスピンの着氷姿勢に対応する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- シニア: 単一姿勢のスピンとは異なる着氷姿勢のあらゆるタイプのフライング・スピンが許される。</li> <li>- ジュニア: 規定された種類のフライング・スピンのみが許される。</li> </ul> <p>シニア・ジュニア: ステップ・オーバー(宙に浮かないでまたいでいる状態)は、ジャッジによってGOEで考慮がされなければならない。</p> <p>空中姿勢は着氷姿勢と異なってもよいが、着氷姿勢で最低8回転しなければならない。</p> <p>踏み切り前に氷上で回転することは許されない。要求される8回転は、着氷姿勢のどのようなバリエーションで行ってもよい。</p>
フライング・スピンと単一姿勢のスピン	<p>シニア男子およびシニア女子のフライング・スピンの着氷姿勢が単一姿勢のスピンと同じ姿勢の場合、これら2つのスピンのうち後に行われたものはカウントされないが、スピン・ボックスを占める。</p>
フリー・スケートティング	<p>男子・女子(シニア・ジュニア)のバランスのとれたフリー・スケートティング・プログラムは最大3つのスピンを含まなければならない:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1つはスピン・コンビネーション</li> <li>- 1つはフライング・スピンまたはフライング・エントランスのスピン</li> <li>- 1つは単一姿勢のスピン。</li> </ul> <p>すべてのスピンは、異なる性質のものでなければならない。いかなるスピンも、それ以前に行われたスピンと同じ性質(略記号)のものであれば、カウントされない(が、1つのスピン・ボックスを占める)。</p> <p>行われたスピンの中にフライング・エントランスのスピンがない、または単一姿勢のスピンがない、またはスピン・コンビネーションがないという場合、間違っで行われたスピンのコンピュータにより自動的に削除される。</p> <p>スピンは要求された最少の回転数を回らなければならない:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- フライング・スピンや単一姿勢のスピンは6回転</li> <li>- スピン・コンビネーションは10回転、</li> </ul> <p>回転数不足は、ジャッジにより採点に反映されなければならない。要求された最少回転数は、(単一姿勢のスピンとフライング・スピンのファイナル・ワインドアップを除いて)スピンに入ったときからスピンの終了まで数えられる。</p> <p>スピン・コンビネーションと単一姿勢のスピンにおいては、足換えは任意である。スピン・コンビネーションにおいては、異なる姿勢の数は自由である。</p>

## レベル特徴

- 1) 難しいバリエーション（下記の制限内であれば行われるごとに数える）
- 2) ジャンプによる足換え
- 3) スピン中、足を換えずに行われるジャンプ
- 4) 足を換えずに行われる難しい姿勢変更
- 5) 難しい入り方
- 6) 難しい出方
- 7) 明確なチェンジ・エッジ；シット姿勢、キャメル姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢、難しいバリエーションのアップライト姿勢（シット姿勢の場合にはバック・インサイドからフォア・アウトサイドのみ）において
- 8) シット姿勢、キャメル姿勢、レイバック姿勢、難しいバリエーションのアップライト姿勢でのただちに続けて行う両方向のスピンの
- 9) 明確な回転速度の増加；キャメル姿勢、シット姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢、難しいバリエーションのアップライト姿勢（クロスフットスピンは除く）において
- 10) 姿勢／バリエーション、足、エッジを変更せずに 8 回転以上回る（キャメル、レイバック、基本姿勢の難しいバリエーション、非基本姿勢の難しいバリエーション（スピン・コンビネーションのみ））
- 11) フライング・スピン／フライング・エントランス・スピンにおけるフライング・エントリーの難しいバリエーション  
**レイバック・スピンに対する追加的な特徴項目：**
- 12) バックからサイドまたはその反対への 1 回の明確な姿勢変更。それぞれの姿勢で少なくとも 2 回転ずつ。（ほかのスピンの一部分としてレイバック・ポジションを取った場合も数える）
- 13) レイバック・スピンからのビールマン姿勢（SP - レイバック・スピンのジュニア／シニアは 8 回転してから、アドバンス・ノービスは 6 回転してから）

特徴 2-9、11-13 を数えるのは、プログラム中で（最初に試みられた）1 回のみである。特徴 10 を数えるのは、プログラム中で 1 回のみである（成功したスピンの複数あった場合は最初のスピンを対象とする。また、そのスピンの、左足・右足の両方とも 8 回転した場合は、スケーターの有利になるほうを数える）。

基本姿勢での難しいバリエーションは、いずれのカテゴリーもプログラム中で（最初に試みられた）1 回のみ数えられる。非基本姿勢での難しいバリエーションが数えられるのはスピン・コンビネーションだけであり、プログラム中で（最初に試みられた）1 回のみである。

足換えを伴うスピンにおいて、一方の足で獲得できる特徴は最大 2 個である。

スピンのレベル 4 を得るには、下記特徴のいずれかがなければならない。

足を換えずに行われる難しい姿勢変更

難しい出方

明確なチェンジ・エッジ

シット姿勢、キャメル姿勢、レイバック姿勢、難しいバリエーションのアップライト姿勢でのただちに続けて行う両方向のスピンの

明確な回転速度の増加

フライング・エントリーの難しいバリエーション

レベル 4 を得るには	<p>6 つの必須特徴のうち 1 つが成功しなければならず、レベル 4 を得るために 1 つのスピンのみで数えられる。これらの必須特徴の 1 つが“既に使用された（ユーズドの）”場合、レベル 4 は与えられない。例：1 つめのスピン（FSSp）で、次の特徴が数えられた：難しいフライング、シット・フォワードのバリエーション、シット・サイドのバリエーションで 8 回転。この 1 つ目のスピンはレベル 4。2 つめのスピン（FCCoSp）で、スケーターは 1 つ目の足で難しいフライング（ユーズド）とキャメル・フォワードのバリエーションを行い、2 つ目の足でシット・ビハインドのバリエーションとアップライト・ストレートのバリエーションを行った。この場合、2 つ目のスピンは最高でレベル 3 となる。</p> <p>2 つめのスピン（FCCoSp）でスケーターが 4 つの特徴+ユーズドの必須特徴を行った場合にも、同じ原理が適用される。例：1 つ目の足で難しいフライング（ユーズド）、キャメル・フォワードのバリエーション、キャメル・サイドウェイズのバリエーション、2 つ目の足でシット・ビハインドのバリエーションとアップライト・ストレートのバリエーション。この場合、スピンは最高でレベル 3 となる。</p>
プログラムの最初に成功した 4 つの特徴+必須特徴	<p>スケーターが必須特徴をスピンの 5 つ目の特徴として成功した場合、レベル 4 を得るための特徴として数えられる。例：SSp でスケーターがシット・フォワードのバリエーション、シット・サイドのバリエーション、シット・ビハインドのバリエーション、シット・ビハインドで 8 回転を行い難しい出方を行った。この場合、スピンはレベル 4 となり、次のスピンでは 5 つの特徴全てが既に使用されたものとみなされる。</p>

## 明確化

### 姿勢

姿勢変更なしのスピ ン	“姿勢変更なしのspin”では別の基本姿勢が2回転を超えて行われた場合、“姿勢変更なし”のspinの要求が満たされず“spin・コンビネーション”とみなされる。しかし、spinを終了するためのアップライト姿勢(ファイナル・windアップ)は、そのようなファイナル・windアップにおいて(チェンジ・エッジ、姿勢変化などの)特徴が追加されない限り、回転数にかかわらず別姿勢とはみなされない。
基本姿勢で2回転に 満たないspin・コン ビネーション	ショート・プログラムでは、spin・コンビネーションで2回転以上ある基本姿勢が1姿勢のみで、他のどの姿勢も2回転未満の場合、“無価値”となる。  フリー・スケートでは、spin・コンビネーションが試みられたのがはっきりと分かったものの結果的に2回転以上ある基本姿勢が1つしかない場合、テクニカル・パネルにより“無価値”のspin・コンビネーションとしてコールされる。
(1回目の)足換え後 の足で3基本姿勢す べてを行うspin・コ ンビネーション	(1回目の)足換え後の足で3基本姿勢すべてを行うことは、もはやレベル特徴ではない。
2基本姿勢のみのス ピン・コンビネーション	2回転以上回っている基本姿勢を2つのみ含む足換えありまたは足換えなしのspin・コンビネーションは、2回転以上回っている基本姿勢を3つすべて含むspin・コンビネーションと比べてより低い基礎値になる。対応する基礎値はSOVの“V”の欄に記載されたとおりである。
足を換えずに行われ る難しい姿勢変更	この特徴は、ある基本姿勢から異なる基本姿勢への変更を、非基本姿勢を確立せずに行うものであり、かなりの力、技術およびコントロールを要し、姿勢の変更を行う能力に影響を与えるものである。姿勢変更中は連続的な動作が行われなければならない。姿勢変更を行うのにジャンプを含んではならない。変更前後のそれぞれの基本姿勢は2回転ずつ保持しなければならない。
難しいとみなされない 姿勢変更	姿勢変更がテクニカル・パネルにより“難しい”とみなされない場合、後のspinで評価される。
単一姿勢のspinに おける基本姿勢から 非基本姿勢への変更	ある基本姿勢のspinをしたあと非基本姿勢に姿勢を変えたとしても、それは姿勢変更とみなされず、spinがspin・コンビネーションとなることはない。またその際、非基本姿勢の難しいバリエーションを行っても、それが特徴として数えられることはない(windミル(非基本姿勢)を含むキャメル・spinを行った場合など)。
バックからサイドまた はその反対への明確 な姿勢変更(レイバッ ク・spin)	この変更がレイバック姿勢またはサイドウェイズ・リーニング姿勢を維持したまま行われた場合に限り、特徴は与えられる。それぞれの姿勢で少なくとも2回転ずつが要求される。

### spinへの入り方／spinの出入

難しい入り方および 難しい出入	難しい入り方と難しい出入は種類の異なる特徴である。両方ともカウントされるには、別々のspinで行わなければならない、両者が異なる性質の動きでなければならない。例えば、スケーターが難しいターンを入りで使用した場合に、難しい出入はターン(同じタイプの動作)のみで行うことはできない。難しい入り方や出入方をターンで行う時には、ターンがクリーンでなければならない。  spinへの入り方とはspinのすぐ前の準備として定義され、spinの始めの段階を含んでも良い。入り方がspinのバランス、コントロール、エクセキューション(実行)に大きな影響を与えるものでなければならない、spinの最初の足で行われなければならない。
--------------------	--

	<p>意図されたスピンの基本姿勢に最初の 2 回転以内に達しなければならない。スピン・コンビネーションにおいてのみ非基本姿勢が可能である。</p> <p>通常のバックワード・エントランスは難しい入り方とはみなされない。</p> <p><b>スピンの出方</b>とは、スピンの最終段階からスピンの直後までをさすものとする。</p> <p><b>難しい出方</b>: 出方がかなり難しくなるあらゆる動作やジャンプ動作をさす。出方がスピンのバランス、コントロール、エクセキューションに大きな影響を与えるものでなければならない。</p> <p><u>フライング・スピンおよび単一姿勢のスピンでは、難しい出方は少なくとも到達された基本姿勢(ファイナル・windアップは除く)より行われなければならない。スピン・コンビネーションでは、どのポジションから難しい出方を行ってもよい。難しい出方としてのwindミルは、スピンを回転している足のままで行われなければならない。</u></p> <p>スピンへの入り方またはスピンの出方がテクニカル・パネルに“難しい”とみなされなければ、トランジションとみなされ特徴は依然としてその後のスピンで評価される。スピン直後に実施された表内ジャンプはコールされ、スピンの難しい出方とはみなされない。</p>
--	--

<b>難しい入り方とフライング・エントランス</b>	<p>入り方が“難しい”と同時に“フライング”の場合、“フライング”の特徴のみ評価される。</p> <p>通常のフライング・キャメルへの難しい入り方はレベルの特徴として数えられず、この場合の“難しい入り方”は使用したとみなされない。</p> <p><u>難しい入り方とフライング・エントリーの難しいバリエーションは異なる 2 つの特徴であり、例えばスケーターはフライング・エントリーの難しいバリエーションとしてトウアラビアンを実施し、同じスピンで難しい出方としてトウアラビアンを実施してもよい。このケースでは、スケーターは 2 つのレベル特徴を獲得することとなる。</u></p>
----------------------------	--

<b>フライング・スピン／フライング・エントランス・スピンにおけるフライング姿勢の難しいバリエーション</b>	<p>フライング・エントリーの特徴は、はっきりと分かるジャンプがあり空中姿勢が実際に難しい場合にのみ認められる。意図された基本姿勢に着氷後の最初の 2 回転以内に達しなければならない。</p> <p>難しい空中姿勢は(これに限定されないが)次のものを含む: フライング・シット・スピン／フライング・シットから入るスピンでは、空中での完全なシット姿勢(で、高さがあり、全体の動作がコントロールされているもの)、空中でのオープン・バタフライ姿勢で着氷後ただちにシット姿勢をとるもの: フライング・キャメル・スピン／フライング・キャメルから入るスピンでは、明確なバタフライ・エントランスや、空中でほぼスプリットとなる姿勢。通常のフライング・キャメルの入りを行っていても、(別のスピンで行う)難しいフライング・エントランスを特徴として数えることができる。</p>
---	---

## バリエーション

<b>簡単なバリエーション</b>	<p>姿勢の簡単なバリエーションとは、身体の部分すなわち脚、腕、手、頭の動きが体幹部のバランスに影響を与えていないものである。</p> <p>簡単なバリエーションを行っても、レベルは上がらない。</p>
-------------------	---

<b>難しいバリエーション</b>	<p>難しいバリエーションとは、身体の部分すなわち脚、腕、手、頭の動きが大きな肉体的強さや柔軟性を要し、体幹部のバランスに影響を与えるものである。</p> <p>いかなる難しいバリエーションも数えられるためには 2 回転保持しなければならない。これらのバリエーションだけがレベルを上げる。</p>
-------------------	--

<b>難しいバリエーションのカテゴリー</b>	<p>難しいバリエーションには 11 カテゴリーがある:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>キャメル姿勢</b>としては肩のラインの方向を基にして 3 カテゴリーがある: <ul style="list-style-type: none"> <li>- (CF) キャメル・フォワード: 肩のラインが氷面に平行である</li> <li>- (CS) キャメル・サイドウェイズ: 肩のラインを氷面と垂直な位置の方向にひねる</li> <li>- (CU) キャメル・アップワード: 肩のラインを氷面と垂直な位置を超えてひねる</li> </ul> </li> <li>- <b>シット姿勢</b>としてはフリー・レッグの位置を基にして 3 カテゴリーがある: <ul style="list-style-type: none"> <li>- (SF) シット・フォワード: フリー・レッグが前方にある</li> <li>- (SS) シット・サイドウェイズ: フリー・レッグが側方にある</li> </ul> </li> </ul>
-------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- (SB) シット・ビハインド・フリー・レッグが後方にある</li> <li>- <b>アップライト姿勢</b>としては胴の位置を基にして 3 カテゴリーがある： <ul style="list-style-type: none"> <li>- (UF) アップライト・フォワード：胴が前方に倒れている</li> <li>- (US) アップライト・ストレートまたはサイドウェイズ：胴が真っ直ぐであるまたは側方に傾いている</li> <li>- (UB) アップライト・ビールマン：ビールマン姿勢</li> </ul> </li> <li>- <b>レイバック姿勢</b>としては 1 カテゴリーがある： <ul style="list-style-type: none"> <li>- (UL) アップライト・レイバック</li> </ul> </li> <li>- <b>非基本姿勢</b>としては 1 カテゴリーがある(NBP)</li> </ul>
<b>クロスフット・スピン</b> 	<p>“クロスフット・スピン”は、体重を左右の足に均等に分け、両足で回転しなければならない。トゥが互いに近づき踵が開いた状態でなければならない。クロスフット・スピンは、正確に行われればアップライト姿勢の難しいバリエーション(US)とみなされ、レベルを上げるための 1 つの特徴としてクロスをする前の足で数えられる。</p> <p>クロスをする前に片足で 3 回転することは必要ではない。 クロスフット・スピンの回転速度の増加は特徴とみなされない。</p>
<b>ヘッドレス・スピン</b> 	<p>“ヘッドレス”バリエーションでは、頭と首が体幹部の主軸より後方に位置し、バランスに影響を及ぼさなければならない。</p>
<b>ビールマン姿勢</b>	<p>“ビールマン姿勢”は、スケーターのフリー・レッグが後方から頭より高く頭の天辺に向けて引き上げられ、スケーターの回転軸近くに位置している姿勢であるとき、アップライト姿勢の難しいバリエーション(UB)となる。他の難しいスピンバリエーションのカテゴリーと同様に、ビールマン姿勢は 1 つのプログラム(ショートまたはフリー)の中で最初に試みられた 1 回のみ数えられる。</p> <p>フリー・スケートにおいて、(少なくとも 2 回転ある)レイバック姿勢で開始しアップライト・ビールマンのバリエーションに続くスピンは、依然としてレイバック・スピンとコールされる。</p>
<b>シット・フォワードとシット・サイド</b>	<p>シット・フォワードとシット・サイドの姿勢は、身体の部分すなわち脚、腕、手、頭の動きが大きな肉体的強さや柔軟性を要し、体幹部のバランスに影響を与える難しいバリエーションも含まなければならない。</p>
<b>ウィンドミル</b> 	<p>ウィンドミル(イリュージョン)は、スプリット姿勢近く(少なくとも 135 度)に達した場合にのみ特徴のための難しい動作とみなされる。この動作には肉体的強さや柔軟性があり、体幹部のバランスに影響を与えるものでなければならない。</p> <p>ウィンドミルは、最初に試みられた 1 回のみ、非基本姿勢の難しいバリエーション(少なくとも続けて 3 回行われなければならない)、スピンへの難しい入り方、スピンを回転している足のままで行われた場合でのスピンの難しい出方、または難しい姿勢変更のレベル特徴とみなされる。ウィンドミルが別の難しい動作と一緒に使用された場合でも、少なくとも 135 度という要件は満たさなければならない。<u>ウィンドミルを(評価の有無にかかわらず)難しい入り方として実施した場合、難しい出方としてのウィンドミルはウィンドミル動作の 2 回目の試みであるため評価されない。</u></p>
<b>繰り返し</b>	<p>基本姿勢での難しいスピンバリエーションは、いずれのカテゴリーもプログラム中で(最初に試みられた)1 回のみ数えられる。非基本姿勢での難しいバリエーションが数えられるのはスピン・コンビネーションだけであり、プログラム中で(最初に試みられた)1 回のみである。</p>
<b>繰り返されたバリエーションにおける特徴</b>	<p>ショート・プログラムとフリー・スケートにおいて、一度難しいスピンバリエーションが試みられて同じカテゴリーの難しいバリエーションが行われるとそのバリエーションは数えられないが、それでもこの難しいバリエーションに付随するいかなる特徴も数えられる。</p>

試みるとは何か？	難しいバリエーションは、そのバリエーションが数えられるか否かの事実にかかわらずバリエーションを行っていることがはっきりと分かるとき、試みたとみなされる。
基本姿勢および非基本姿勢における類似のバリエーション	スピン・コンビネーションの非基本姿勢の難しいバリエーションが基本姿勢で行われた難しいバリエーションとよく似ている場合、これらの 2 つのバリエーションのうち後に行われたものがレベルの特徴として数えられない。
フリー・レッグの落下	難しいキャメル姿勢を準備する間にフリー・レッグの位置が長々と下がる場合には、該当するレベル特徴は与えられるが、ジャッジは GOE の引き下げを適用する。
基本姿勢に達するまでが長すぎる	スケーターが単一姿勢のスピンの必要な基本姿勢に達するのに長時間かかる場合、同様の減点が適用される。

#### 同じ足でのジャンプと 回転速度の増加

スピン中の同じ足でのジャンプ	<p>いかなるスピンにおいても、同じ足で踏み切って着氷した明らかなジャンプは、スケーターが着氷後の最初の 2 回転以内に基本姿勢に達した場合にのみ特徴として数えられる。</p> <p>このジャンプの空中姿勢に要求されることはないが、明らかなジャンプでなければならない。そのジャンプに“かなりの力を要する”場合にのみ、レベル特徴とみなされる。</p> <p>このジャンプはショート・プログラム、フリー・スケートイングともに、スピンの必要最少回転数の前に行っても特徴とみなされる。</p>
----------------	--

回転速度の増加	<p>キャメル姿勢、シット姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢または、アップライト姿勢の難しいバリエーション（クロスフット・スピンは除く）において、一旦その姿勢が確立された後に明らかに回転速度が増した場合には、レベル特徴とみなされる。</p> <p>1 つの基本姿勢から別の基本姿勢への移行時に回転速度が増加した場合は、レベルの特徴として無効である。</p>
---------	---

#### エッジおよび回転方向

明確なチェンジ・エッジ	<p>明確なチェンジ・エッジは次の場合にのみ特徴として数えられる：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- シット姿勢（バック・インサイドエッジからフォア・アウトサイドエッジのみ）</li> <li>- キャメル姿勢</li> <li>- レイバック姿勢</li> <li>- ビールマン姿勢</li> <li>- アップライト姿勢の難しいバリエーション</li> </ul> <p>他のいかなるチェンジ・エッジの試みも無視され、別の場所で上記のチェンジ・エッジが評価される。フライングの着氷後すぐの段階または踏み込んですぐの段階（主にフラットからエッジに乗る場合や、スリー・ターンを行っている場合など）はチェンジ・エッジを試みたとみなされない。</p> <p>明確なチェンジ・エッジが特徴として数えられるためには、同じ基本姿勢内（シット姿勢、キャメル姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢またはアップライト姿勢の難しいバリエーション）で、一方のエッジで少なくとも連続で 2 回転行い、続いて他方のエッジで少なくとも連続で 2 回転行うことが必要である。</p> <p>通常のアップライト姿勢または非基本姿勢でのチェンジ・エッジはレベルの特徴には数えない。</p> <p>チェンジ・エッジがレベルを上げる特徴として数えられるのは、ショート・プログラムのスピンの 1 回、フリー・スケートイングのスピンの 1 回のみである。</p>
-------------	---

両方向への回転	両方向(時計回りと反時計回りまたはその逆順)へのスピンのシット、キャメル、 <u>レイバック</u> 、 <u>難しいバリエーションのアップライト</u> 、または2つの姿勢の組み合わせでただちに続けて行われた場合、特徴として数えられる。各回転方向において少なくとも3回転すること、また回転方向の変更前後の姿勢において少なくとも2回転を維持することが必要である。両方向(時計回りと反時計回り)に行われたスピンは1つのスピンとみなされる。
同じ足での両方向への回転	同じ足で両方向への回転が行われる場合、方向転換時に1回のターンまたは1回のチェンジ・エッジは行ってもよい。この特徴は実施した足でカウントされる。

#### 回転数

8回転	姿勢/バリエーション、足またはエッジを変更せずに少なくとも8回転すると、成し遂げられた最初のスピンにおいてプログラムで1回のみレベル特徴として数えられる；このスピンの中で左右いずれの足でも8回転が行われた場合は、テクニカル・パネルによってスケーターの有利になるようにどちらか1つが数えられる。 8回転が特徴として数えられるには、次の条件で行われなければならない： <ul style="list-style-type: none"> <li>- キャメル姿勢、レイバック姿勢、あらゆる基本姿勢の難しいバリエーション(すべてのスピンにおいて)</li> <li>- 非基本姿勢の難しいバリエーション(コンビネーション・スピンにおいてのみ)</li> </ul>
-----	--

#### 足換え

同じ足で回転し続ける	スピンにおける足換えは、左右それぞれの足で回転することを意味する。スケーターが同じ足で回転したままの場合には、足換えを伴うスピンとはみなされない。
------------	---

簡単な足換え	例えば、踏み換え、小さなホップといった簡単な足換えはさほど強さや技術を必要とせず、レベルを上げない。
--------	--

ジャンプによって行われる足換え	このような足換えは、スケーターが着氷後の最初の2回転以内に基本姿勢に達した場合にのみ特徴として数えられる。  このジャンプの空中姿勢に要求されることはないが、明らかなジャンプでなければならない。そのジャンプに“かなりの力を要する”場合にのみ、レベルの特徴とみなされる。
-----------------	--

足換えの時のトゥアラビアン	ショート・プログラムでもフリー・スケートティングでもこの足換えは許され、ジャンプによる足換えとみなし特徴としてカウントする。
---------------	--

2回目の足換え	足換えを伴うスピンにおいて2回目の足換えは(試みられた場合)ショート・プログラムでは許されない(間違った要素)。フリー・スケートティングでは、スケーターは複数回の足換えが許される。
---------	--

回転軸が離れすぎる(単一姿勢のスピンおよびスピン・コンビネーション)	足換えありのスピンにおいて、第1部分の後に(エグジット)のカーブがあり、第2部分への入り(エントリー)のカーブもある場合、次のような結果となる： <ul style="list-style-type: none"> <li>- ショート・プログラム - そのスピンは要求を満たさず、無価値となる；</li> <li>- フリー・スケートティング - スピンの2つめの部分は無視され、その要素は足換えなしの単一姿勢のスピンまたは足換えなしのスピン・コンビネーションとなる。</li> </ul> 第1部分の後に(エグジット)のカーブがあるだけまたは第2部分への入り(エントリー)のカーブがあるだけの場合、“足換えが拙劣”として結果的にGOEで減点される(足換えとともに回転方向の変更を行う場合はこの減点は関係しない)。
------------------------------------	--

足換えありのスピンでの片足における特徴の数	スケーターが一方の足で獲得することができる特徴は最大2個である。  難しい入り方の特徴は、足換え前の足に割り当てて数えられる。  “ジャンプによって行われた足換え”、“両方向へのスピン”の特徴は、足換え後の足に割り当てて数えられる。 クロスフット・スピンの特徴は、クロス姿勢が開始される足に割り当てて数えられる。
-----------------------	---



足換えありの単一姿勢の スピン: 一方の足が基本 姿勢で2回転に満たない	足換えありの単一姿勢のスピンが行われたときに、連続した2回転以上回っている基本 姿勢が一方の足のみであり、連続した 2回転以上回っている基本姿勢がもう一方の足 にはない場合、そのスピンは次のようになる: ショート・プログラムでは“無価値”。 フリー・スケートでは“V”の記号が付く。
--	---

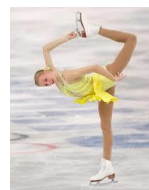
## SOV

“V”の記号	<p>“V”の記号は次の4つの状況でのみ付与される:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) (足換えなし、姿勢変更なしの)フライング・スピンのみ: ステップ・オーバー(宙に 浮かないでまたいでいる状態)の場合や、はっきりと分かるジャンプがない場合;</li> <li>2) スピン・コンビネーション: 基本姿勢が2つしかない場合;</li> <li>3) すべての足換えありのスピンで、一方の足が3回転に満たない場合 (フリー・スケートのみ)。</li> <li>4) 単一姿勢の足換えありのスピン: 一方の足の基本姿勢が2回転に満たない場合 (フリー・スケートのみ)。</li> </ol> <p>CCoSpで基本姿勢が2つしかなく一方の足が3回転に満たない場合や、足換えありの単 一姿勢のスピンで一方の足の基本姿勢が2回転に満たず一方の足が3回転に満たない 場合には、“V”の記号が付与される。複数エラーがあるこれらのケースは、ジャッジの GOEに反映される。スケーターが意図的に2つのみの基本姿勢を実施した場合、エラー としてジャッジのGOEに反映されることはない。</p>
--------	---

## キャメル姿勢

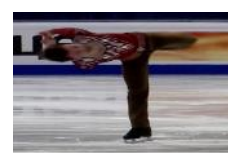
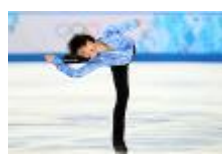
# CF

キャメル・フォワード



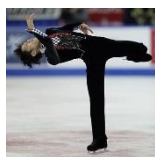
# CS

キャメル・サイドウェイズ



# CU

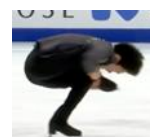
キャメル・アップワード



## シット姿勢

# SF

シット・フォワード





# SS

シット・サイドウェイズ



# SB

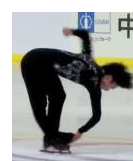
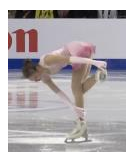
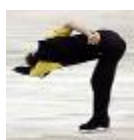
シット・ビハインド



## アップライト姿勢

# UF

アップライト・フォワード



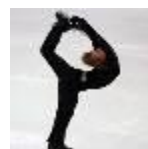
# US

アップライト・ストレート  
およびサイドウェイズ



# UB

アップライト・ビールマン



# UL

アップライト・レイバック



## 非基本姿勢

# NBP

非基本姿勢



# ジャンプ要素

## ルール

### ソロ・ジャンプ

ショート・プログラム	<p>2023-2024 シーズンのショート・プログラムには 2 つのソロ・ジャンプを含まなければならない。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- シニア男子・ジュニア男子およびシニア女子：ダブルまたはトリプル・アクセル、ジュニア女子：ダブル・アクセル；</li><li>- ソロ・ジャンプ：<ul style="list-style-type: none"><li>- シニア男子 - あらゆるトリプルまたはクワドラプル・ジャンプ；</li><li>- シニア女子 - あらゆるトリプル・ジャンプ；</li><li>- ジュニア男子・ジュニア女子 - ダブルまたはトリプル・ルッツ</li></ul></li></ul> <p>シニア男子では、ジャンプ・コンビネーションでクワドラプル・ジャンプを行った場合、ソロ・ジャンプとして異なるクワドラプル・ジャンプを含むことができる。</p> <p>シニアおよびジュニア男子、シニア女子でトリプル・アクセルをアクセル・ジャンプとして行った場合、ソロ・ジャンプまたはジャンプ・コンビネーションで繰り返し行うことはできない。</p> <p>ソロ・ジャンプはジャンプ・コンビネーション中に含まれるジャンプとは異なるものでなければならない。</p>
------------	---

フリー・スケートニング	<p>ジャンプ要素にはソロ・ジャンプ、ジャンプ・コンビネーションおよびジャンプ・シーケンスがある。</p> <p>フリー・スケートニングのバランスの取れたプログラムには、<b>シニア・ジュニアの男女とも 7 つのジャンプ要素</b>を含まなければならない、そのうちの 1 つはアクセル型ジャンプでなければならない（または含まなければならない）。</p> <p>ソロ・ジャンプはいかなる回転数でもよい。</p> <p>シングルのフリー・プログラムにおいて、（ダブル・アクセルを含む）いかなるダブル・ジャンプも（ソロ・ジャンプとしても、コンビネーション/シーケンスの一部としても）全部で 2 回を超えて含んではならない。</p> <p>すべてのトリプルおよびクワドラプル・ジャンプのうち、2 種類のみを 2 回行うことができる。2 種類の繰り返しのうち 1 種類のみクワドラプル・ジャンプが可能である。</p> <p>これら 2 回行ったうちの少なくとも 1 つがジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの場合、行った両方ともが通常の方法で評価される。</p> <p>これら 2 回行った両方がソロ・ジャンプの場合、これらのソロ・ジャンプのうち 2 つめに記号“+REP”が付き、本来の基礎値の 70%になる。</p> <p>同じジャンプ名のトリプル・ジャンプとクワドラプル・ジャンプは、2 種類の異なるジャンプとみなされる。</p> <p>いかなるトリプルまたはクワドラプル・ジャンプも 2 回を超えて試みてはならない。</p>
-------------	---

### ジャンプ・コンビネーション

概要	<p>ジャンプ・コンビネーションにおいては、ジャンプの着氷足が、次のジャンプの踏み切り足となる。ジャンプとジャンプの間に氷上で完全に 1 回転回った場合（体重移動を伴わなければ、フリー・フットの氷へのタッチ・ダウンがあってもよい）でも、その要素はジャンプ・コンビネーションの定義の枠組みに入っている。</p> <p>オイラーは、コンビネーションで 2 つの表内ジャンプの間で用いられると、SOV 表に示された価値を持つ表内ジャンプ(1Eu)となる。</p> <p>シングル・オイラー(1Eu)の回転が半回転以上足りなかった場合はダウングレードの対象となる。この場合、ジャッジは、ダウングレード・ジャンプ(&lt;&lt;)の減点を適用する。</p> <p>シングル・オイラーの回転不足が半回転未満であった場合、テクニカル・パネルは、回転不足判定(&lt;)や 1/4 回転不足(q)を適用しない。シングル・オイラーがはっきりとしたジャンプではなかった場合やステップ・オーバーになった場合、ジャッジは、GOE を減点する。</p>
----	--

	意図されたワルツ・ジャンプ(アクセル)が次のジャンプの準備として用いられただけであるとテクニカル・パネルの見解で判断した場合、このワルツ・ジャンプはコールされない。 前のジャンプの拙い着氷の結果として行った、ジャンプというよりはホップに似たシングル・ジャンプに対しては、テクニカル・パネルはコールしなくてもよいという権限を持つ。ジャッジは失敗をGOEに反映させる。
<b>表内ジャンプ+1Eu+同じ足でのスリー・ターン+アクセル型ジャンプ</b>	スケーターが表内ジャンプ+1Eu+同じ足でのスリー・ターン+アクセル型ジャンプを実施した場合はジャンプ・コンビネーションとしてみなされ、“表内ジャンプ+1Eu+アクセル型ジャンプ”とコールされる。例:3F+1Eu+同じ足でのスリー・ターン+2A は、3F+1Eu+2A とコールされる。2 つまたは 3 つの表内ジャンプの間に 1 回の意図されたスリー・ターン、ロッカー、カウンターまたはブラケットが実施されたとしても、ジャンプ・コンビネーションの枠組みが維持される。これらのターンには GOE の減点は適用されない。
<b>表内ジャンプ+1 回の意図されたチェンジ・エッジ+反対方向の表内ジャンプ</b>	表内ジャンプ+1 回の意図されたチェンジ・エッジ+反対方向の表内ジャンプは、ジャンプ・コンビネーションとしてみなされる。例:3S+チェンジ・エッジ+反対方向の 2S は、3S+2S とコールされる。ジャンプ・コンビネーションにおいて両方向のジャンプが実施される場合、ジャンプ間における 1 回のチェンジ・エッジは認められる。この意図されたチェンジ・エッジには GOE の減点は適用されない。
<b>ショート・プログラム</b>	ショート・プログラムには 2 つのジャンプからなるジャンプ・コンビネーションを含まなければならない: <ul style="list-style-type: none"> <li>- シニア男子:ダブルとトリプル、2 つのトリプル、クワドラプルとダブルまたはトリプル;</li> <li>- シニア女子およびジュニア男子:ダブルとトリプル、2 つのトリプル;</li> <li>- ジュニア女子:2 つのダブルのコンビネーションも許される。</li> </ul> <p>シニア男子において、ジャンプ・コンビネーションは 2 つの同一のあるいは異なるダブル、トリプルまたはクワドラプル・ジャンプから構成される。ソロ・ジャンプとしてクワドラプル・ジャンプを行った場合、ジャンプ・コンビネーションで異なるクワドラプル・ジャンプを含むことができる。</p> <p>シニア女子、ジュニア男女において、ジャンプ・コンビネーションは 2 つの同一のジャンプまたは異なるダブルまたはトリプル・ジャンプから構成される。しかし、すべてのカテゴリーにおいて、含まれる 2 つのジャンプは、ソロ・ジャンプと異なるものでなければならない。</p>
<b>フリー・スケートティング</b>	ジャンプ・コンビネーションとジャンプ・シーケンスは同一または異なるシングル、ダブル、トリプルまたはクワドラプル・ジャンプで構成してよい。フリー・プログラムには、最大で 3 回までのジャンプ・コンビネーション、または 2 回のジャンプ・コンビネーションと 1 回のジャンプ・シーケンスを含めてもよい。1 つのジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスには最大 3 個までのジャンプを含んでよく、残りの 2 つは最大 2 個までのジャンプとする。

## ジャンプ・シーケンス

<b>フリー・スケートティング</b>	ジャンプ・シーケンスとは 2 つまたは 3 つのジャンプからなるもので(回転数に制限はない)、第 2 および/または第 3 ジャンプがアクセル型ジャンプであり、第 1/第 2 ジャンプの着氷カーブから直接の踏み換えでアクセル・ジャンプの踏み切りカーブに移るものを指す。1 つのジャンプから次のジャンプまでの間に氷上で 1 回転しても(フリー・フットが氷に触れるのは構わないが、体重移動があってはならない)、ジャンプ・シーケンスの定義からは外れない。ジャンプ・シーケンス中に行われたジャンプには完全な価値が与えられる。
---------------------	--

## 概要

<b>ショート・プログラム</b>	(回転数が間違っている場合を含めて)要件を満たさないジャンプは、無価値となるが、まだ空きがある場合、ジャンプのボックスを占める; 2 つのダブル・ジャンプから構成されるジャンプ・コンビネーションが認められていない場合(シニア男女、ジュニア男子)、(2 つのダブル・ジャンプのうちの)(記号<、<<、e 考慮後の)基礎値が低い方のジャンプはカウントされない。
<b>フリー・スケートティング</b>	コンビネーション/シーケンス中のいかなるジャンプでも要求どおりでない場合、要件に違反するジャンプのみが削除される。

## 明確化

<b>1/4 回転不足(quarter)、回転不足判定(Under-rotated)またはダウングレード判定</b>	ジャンプが 1/4 回転不足で着氷(quarter)、回転不足判定(Under-rotated)またはダウングレード判定(Downgraded)になることが明らかであっても、テクニカル・パネルは試みたジャンプをコールしなければならない。これらのジャンプはすべて、バランスの取れたプログラムの規定を適用する際には、意図したジャンプとして数えられる。
--	---

定(Downgraded)のジャンプのコール	<p>着氷時の 1/4 回転と 1/2 回転が、ごまかしジャンプを認定するボーダー・ラインである。特にカメラの反対側でジャンプが行われた場合にそうであるが、ごまかしジャンプの決定にはカメラ・アングルを考慮に入れるのが重要である。</p> <p>すべてのはっきりとしない場合には、テクニカル・パネルはスケーターの利益になるように務めるべきである。</p>
1/4 回転不足で着氷(quarter)	ジャンプが“1/4 回転不足で着氷(quarter)”となるのは、回転不足が 1/4 の場合である。このジャンプはテクニカル・パネルから各ジャッジへ示され、プロトコルでは要素名の後ろに記号“q”が付けられる。
回転不足判定(Under-rotated)のジャンプ	<p>ジャンプが“回転不足判定(Under-rotated)”となるのは、“不足している回転が 1/4 回転より多く、1/2 回転未満”の場合である。回転不足判定のジャンプはテクニカル・パネルから各ジャッジへ示され、プロトコルでは要素名の後ろに記号“&lt;”が付けられる。</p> <p>回転不足判定となったジャンプには、減ぜられた基礎値(BV)が与えられるが、その基礎値は、SOV 表で指定されている行に記載されたとおりである。</p>
ダウングレード判定(Downgraded)のジャンプ	<p>ジャンプが“ダウングレード判定(Downgraded)”となるのは、“回転不足が 1/2 回転以上”の場合である。ダウングレード判定のジャンプはテクニカル・パネルから各ジャッジへ示され、プロトコルでは要素名の後ろに記号“&lt;&lt;”が付けられる。</p> <p>ダウングレード判定となったジャンプには、1 回転少ないジャンプの価値尺度(SOV 表)がその評価に用いられる(例:ダウングレード判定されたトリプルの評価には、対応するダブルの価値尺度が用いられる)。</p>
回りすぎたジャンプ	1/4 回転より多く回りすぎたジャンプは、回転数が多いジャンプとしてコールされる。例えば、2T で 1/4 回転より多く回りすぎた場合、テクニカル・パネルは 3T のダウングレード判定(<<)としてコールする。
ごまかした踏み切り	明らかに前向き(アクセル型ジャンプの場合には後ろ向き)踏み切りのジャンプは、ダウングレード判定のジャンプとみなされる。トゥ・ループが、最も一般的に踏み切り時にごまかしがあるジャンプである。テクニカル・パネルが、(しばしばコンビネーションやシーケンスにおいて)踏み切りでのごまかしでダウングレードかどうか決定をする際に再生で確認することができるのは通常速度のみである。
間違ったエッジでの踏み切り(フリップ/ルッツ)	<p>フリップはバックワード・インサイド・エッジで踏み切り、ルッツはバックワード・アウトサイド・エッジで踏み切る。踏み切りエッジがクリーンでなく正しくなければ、テクニカル・パネルは、記号“e”(エッジ)および記号“!”(アテンション)を用いて ジャッジにエラーを示す。</p> <p>テクニカル・パネルはスロー・モーションの再生で確認してもよい。</p> <p>テクニカル・パネルは踏み切りがはっきりと間違っている場合に記号“e”を用いる。</p> <p>記号“e”が付いたジャンプの基礎値は、SOV 表で指定されている行に記載されたとおりである。テクニカル・パネルは踏み切りが明確ではない場合に記号“!”を用いる。この場合、そのジャンプの基礎値は減点されない。両方の間違いともジャッジの GOE に反映される。</p>
間違ったエッジで踏み切った回転不足判定(Under-rotated)のジャンプ(フリップ/ルッツ)	記号“e”および記号“<”が両方とも同じジャンプに付いた場合、そのジャンプの基礎値は、SOV 表で指定されている行に記載されたとおりとなる。
表内ジャンプのパンク	試みられたジャンプは、1 つのジャンプ要素に数えられる。しかし、半回転までの小さなホップまたはジャンプで一種の“飾り”として行われたものはジャンプとはみなされず、コンポーネントのコンポジションの項目で採点される。
表外ジャンプ	<p>SOV 表にないジャンプ(例:ウォーレイ、スプリット・ジャンプ、フォワード・インサイド・エッジで踏み切った任意の回転数のインサイド・アクセル等)はジャンプ要素としてはカウントしないが、ジャンプへの特別な入り方として使うことができ、コンポジションの採点で考慮される。</p> <p>ただし、トゥ・ウォーレイはトゥ・ループとしてコールされ、カウントされる。</p>

反対の足での着氷	コンビネーション/シーケンスの中で、最後のジャンプを除いて1回転を超えるあらゆるジャンプをどちらの足で着氷してもよい。スケーターが最後のジャンプを間違った足で着氷した場合でも行ったジャンプがコールされるが、ジャッジはGOEで減点する。
間違ったエッジでの着氷	間違ったエッジで着氷するジャンプの場合でもコールは変わらない。ただし、ジャッジは逆のエッジであることをGOEに反映させる。
スピンとジャンプを連続して行う	スケーターがスピンを行った後、ただちに続いてジャンプを行うまたはその逆の場合、2つの要素は別々にコールされ、ジャンプの難しい踏み切り/難しい入り方としての評価が与えられる(GOE)。スピン直後に実施された表内ジャンプはコールされ、スピンの難しい出方とはみなされない。
ジャンプを試みる	ジャンプを試みるとは？原則として、個々のジャンプの踏み切りに対する明らかな準備、すなわち、(ジャンプの)開始エッジへの踏み込みまたは氷にトウを突き、回転ありまたはなしで氷から離れることは、1つのジャンプを試みたのみなし、試みたジャンプの価値はなく、1枠(ボックス)を占める。 ある場合には、テクニカル・パネルによる決定が必要であるが、氷から離れないような踏み切りに対する準備もまた(ジャンプを)試みたものとしてコールされる。例えば、スケーターが氷から離れる前に転倒するループ・ジャンプの踏み切り、または、スケーターがアクセルの前向き踏み切りエッジに踏み込み、フリー・レッグおよび両腕を後ろに引き、空中に跳ぶためにフリー・レッグおよび両腕を振り上げ始めたのに、最後の瞬間に(スケーターが)氷から離れない、等。
ジャンプ・コンビネーション中の体重移動を伴わないフリー・フットのタッチ・ダウン	体重移動を伴わないフリー・フットのタッチ・ダウンがあり、コンビネーション中のジャンプとジャンプの間で最大2つまでのスリー・ターンがあるまたはターンがない場合、その要素はジャンプ・コンビネーションのままである(が、エラーのためジャッジはGOEを減点する)。 氷上で完全に1回転より多く回転した場合、コールは“この回転の前に行われたジャンプ+コンボ(COMBO)+続くすべてのジャンプ*(アスタリスク)”となる。
ジャンプ・シーケンス中の体重移動を伴わないフリー・フットのタッチ・ダウン(フリー・スケーティング)	体重移動を伴わないフリー・フットのタッチ・ダウンがあり、シーケンス中のジャンプとジャンプの間で最大2つまでのスリー・ターンがあるまたはターンがない場合、その要素はジャンプ・シーケンスのままである(が、エラーのためジャッジはGOEを減点する)。 氷上で完全に1回転より多く回転した場合、コールは“この回転の前に行われたジャンプ+シーケンス(SEQ)+続くすべてのジャンプ*(アスタリスク)”となる。
ジャンプ・コンビネーション: 第1/第2ジャンプが“表外”ジャンプ	2つのジャンプからなるジャンプ・コンビネーションの第1/第2ジャンプの一方が失敗し“表外ジャンプ”になったものの他方のジャンプが表内ジャンプの場合には、その一連の要素は表内ジャンプのみが価値のあるジャンプ・コンビネーションとしてみなされる。
表外ジャンプと1つの表内ジャンプの配置	1つの表内ジャンプの前後にいかなる表外ジャンプがあった場合でも、表内ジャンプのみのソロ・ジャンプとしてコールされる。

### ショート・プログラム

要求されているもの以外の要素	ジュニアのスケーターが要求されているジャンプとは異なるジャンプを行った場合、その要素は無価値であるが、“ジャンプ・ボックス”を占める。
3連続のジャンプ・コンビネーション	行われた第3ジャンプが無価値になる。
ジャンプの繰り返し	同じ回転数および名前でも繰り返されたジャンプは、削除となり、無価値で、GOEなしであるが、ジャンプ1枠(ボックス)を占める。同じジャンプがソロ・ジャンプとしてもジャンプ・コンビネーションの一部としても行われた場合、2回目のジャンプはカウントされない(2回目ジャンプ・コンビネーションの一部であった場合、カウントされないのは繰り返し要件に違反したジャンプのみである)。 ジャンプ・コンビネーションのみ2つの同一のジャンプを含んでもよい。

	同じ名前であるが異なる回転数のジャンプが繰り返された場合、評価される。
余分なジャンプ	余分なジャンプが行われた場合、要件に違反する単一のジャンプのみが無価値となる。すべての余分なジャンプはコールされ、*(アスタリスク)が付けられる。実施順により余分なジャンプとみなす。
ジャンプ後の転倒/ステップ・アウトまたは体重移動を伴うフリー・フットのタッチ・ダウン +別のジャンプ	スケーターがジャンプで転倒またはステップ・アウトし、ただちに続けて別のジャンプを行った場合、その要素は次のようにコールされる：“第 1 ジャンプ+コンボ(COMBO)+第 2 ジャンプ*(アスタリスク)”。
第 2 ジャンプがないジャンプ・コンビネーション	ジャンプ・コンビネーションで第 2 ジャンプがなかった場合、テクニカル・パネルはどのジャンプ要素がコンビネーションを意図したものであるかを演技中または終了後に特定する。どちらがコンビネーションでどちらがソロ・ジャンプであるか特定するはっきりとした方法がなければ、後に行ったジャンプ要素が 1 つのジャンプのみからなるジャンプ・コンビネーションであると特定される。 例: 4T でクリーンな着氷、その後 3Lz で転倒 → 4T、3Lz+コンボ(COMBO) 次のような場合に注意: 4T で転倒、その後 3Lz でクリーンな着氷 → 4T+コンボ(COMBO)、3Lz(ソロ・ジャンプ) 理由: スケーターは 4T でコンボを行えたはずだが転倒した。

#### フリー・スケートティング

ダブル・ジャンプの 1 度目の繰り返し	ダブル・ジャンプの 1 度目の繰り返しは、ソロ・ジャンプとしてもジャンプ・コンビネーション/シーケンスとしても、両方のジャンプとも基礎値すべてが得られる。
トリプル/クワッド・ジャンプの 1 度目の繰り返し	同じ名前と同じ回転数のトリプルまたはクワッド・ジャンプの 1 度目の繰り返しはジャンプ・コンビネーション/シーケンスの中で行われなかった場合、両方ともジャンプがソロ・ジャンプとして数えられるが、これらのジャンプの 2 つめに記号“+REP”が付けられ、本来の基礎値の 70%の値を四捨五入して小数点以下 2 桁まで求めたものとなる。
ダブル/トリプル/クワッド・ジャンプの 2 度目/3 度目の繰り返し	同じ名前および同じ回転数のダブル、トリプルまたはクワッド・ジャンプを、ソロ・ジャンプとしてもジャンプ・コンビネーション/シーケンス中であっても、2 度/3 度繰り返した(3 回目/4 回目を行った)場合、要件に違反するジャンプのみが無価値となるが、コンビネーション/シーケンス中のジャンプの残りはカウントされる。
2 度目の 3 連続ジャンプ・コンビネーションまたはシーケンス	1 つのジャンプ・コンビネーションまたは 1 つのジャンプ・シーケンスを最大 3 個のジャンプ構成としてもよい。ジャンプ要件に違反するジャンプのみが無価値となる。 例: 3S+2T+2T と 3T+2A+2A*+SEQ
余分なジャンプ	余分なジャンプが行われた場合、要件に違反する単一のジャンプのみが無価値となる。すべての余分なジャンプはコールされ、*(アスタリスク)が付けられる。実施順により余分なジャンプとみなす。
プログラム中の 2 回以上のジャンプ・シーケンス	フリー・プログラムではジャンプ・シーケンスは 1 回しか行うことができない。スケーターがプログラムの中でジャンプ・シーケンスを 2 回行った場合、2 回目のジャンプ・シーケンスのジャンプ構成のうち第 1 ジャンプしかカウントされない。  プログラムの 1 回目のジャンプ・シーケンス: 3T+2A+SEQ プログラムの 2 回目のジャンプ・シーケンス: 3S+1A*+2T*+SEQ+REP プログラムの 2 回目のジャンプ・シーケンス: 3S+2T*+1A*+SEQ+REP
プログラムで許される合計 3 回より多くのジャンプ・コンビネーション/シーケンス	ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの合計が 3 回より多い場合、余分なジャンプ・コンビネーション/シーケンスの第 1 ジャンプのみが数えられる。このジャンプは記号“+REP”が付けられ、(ジャンプ・コンビネーション/シーケンスの繰り返しとして)基礎値の 70%の値となる。例: 3Lo+3T*+REP、3Lo+3T*+2A*+SEQ+REP など。

<p>ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンス中でカウントされないジャンプの実施</p>	<p>ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの中で、スケーターがジャンプで転倒またはステップ・アウトしすぐに別のジャンプを行った場合、失敗した後のジャンプはカウントされず、コールは、失敗前に行われたすべてのジャンプ+コンボ(COMBO)/シーケンス(SEQ)+行われたすべてのジャンプ、となる。失敗した後のすべてのジャンプには*(アスタリスク)が付けられる。</p> <table border="0"> <tr> <td>3T(転倒またはステップ・アウト) + 2T</td><td>コール: 3T + COMBO + 2T*</td></tr> <tr> <td>2A + 1Eu(転倒またはステップ・アウト) + 3S</td><td>コール: 2A + 1Eu + COMBO + 3S*</td></tr> <tr> <td>3T(体重移動を伴うタッチ・ダウン) + 2A</td><td>コール: 3T + SEQ + 2A*</td></tr> <tr> <td>3S(転倒またはステップ・アウト) + 2T + 2A</td><td>コール: 3S + SEQ + 2T* + 2A*</td></tr> </table> <p>これにより行われたすべてのジャンプはコンピュータ・スクリーン上に見えることとなり、繰り返しのルールの要件を確認することが容易になる。ジャッジの GOE は行われた要素全体を反映する。</p>	3T(転倒またはステップ・アウト) + 2T	コール: 3T + COMBO + 2T*	2A + 1Eu(転倒またはステップ・アウト) + 3S	コール: 2A + 1Eu + COMBO + 3S*	3T(体重移動を伴うタッチ・ダウン) + 2A	コール: 3T + SEQ + 2A*	3S(転倒またはステップ・アウト) + 2T + 2A	コール: 3S + SEQ + 2T* + 2A*
3T(転倒またはステップ・アウト) + 2T	コール: 3T + COMBO + 2T*								
2A + 1Eu(転倒またはステップ・アウト) + 3S	コール: 2A + 1Eu + COMBO + 3S*								
3T(体重移動を伴うタッチ・ダウン) + 2A	コール: 3T + SEQ + 2A*								
3S(転倒またはステップ・アウト) + 2T + 2A	コール: 3S + SEQ + 2T* + 2A*								
<p><u>フリー・スケートイン グでアクセル型ジャンプがない</u></p>	<p><u>フリー・スケートイングでアクセル型ジャンプが試みられなかった場合、最後のジャンプ要素ボックス内の全ジャンプに * がつき無価値となる。</u></p>								

無価値となる、または、最大でもレベル B/1/2/3 にしかない要素 シングル SP&FS

2023-2024

最高レベル SP	問題点	最高レベル FS
<b>レベルのあるすべての要素</b>		
無価値	間違った要素	該当せず
ベーシック+減点	違反要素/動作(ベーシックレベルの要求が満たされている場合); テクニカル・パネルが違反要素減点の責任を負う	ベーシック+減点
<b>ステップ・シーケンス</b>		
無価値	水面を十分に活用していない	無価値
ベーシック	シーケンス全体を通してステップおよびターンが最低限に多様でない	ベーシック
1	シーケンス全体を通してステップおよびターンが最低限に多様なだけ	1
2	シーケンス全体を通してステップおよびターンがやや多様なだけ	2
3	シーケンス全体を通してステップおよびターンが(複雑でなく)多様なだけ	3
ベーシック	シーケンス全体にステップおよびターンがバランスよく分布していない	ベーシック
<b>すべてのスピン</b>		
無価値	少なくとも連続した 2 回転のある基本姿勢が 1 つもない	無価値
3	レベル 4 のために必須の特徴が無いスピン	3
<b>足換えありのスピン</b>		
無価値	足換え前または後が 3 回転に満たない	あらゆるレベル、V
無価値	回転軸が離れすぎている	2 つめの部分を 無視
無価値	2 回目の足換え	あらゆるレベル
2	すべての特徴が片足で行われる	2
3	片方の足で行われた特徴が 1 つしかない	3
<b>足換えありの単一姿勢のスピン</b>		
無価値	片足において少なくとも連続した 2 回転のある基本姿勢がない	あらゆるレベル、V
<b>足換えなしのスピン・コンビネーション</b>		
該当せず	2 回転ある基本姿勢が 1 つしかない	無価値
該当せず	2 回転ある基本姿勢が 2 つ	あらゆるレベル、V
<b>足換えありのスピン・コンビネーション</b>		
無価値	2 回転ある基本姿勢が 1 つしかない	無価値
あらゆるレベル	片足において少なくとも連続した 2 回転のある基本姿勢がない	あらゆるレベル
あらゆるレベル、V	2 回転ある基本姿勢が 2 つ	あらゆるレベル、V
無価値	足換え: 前または後が 3 回転に満たない	あらゆるレベル、V
<b>レイバック・スピン</b>		
無価値	2 回転未満 + ビールマン姿勢	あらゆるレベルの アップライト・スピン
ビールマン姿勢の 特徴なし	2 回転以上だが 8 回転(アドバンスト・ノービスは 6 回転)に満たない + ビールマン姿勢	あらゆるレベルの レイバック・スピン
<b>フライング・スピン</b>		
あらゆるレベル、V フライングの特徴 なし	ステップ・オーバー(宙に浮かないでまたいでいる状態)/はっきりと分 かるジャンプではない	あらゆるレベル、V フライングの特徴 なし
あらゆるレベル、 フライングの特徴 なし	着氷後最初の 2 回転以内に着氷時の基本姿勢に達しない	あらゆるレベル、 フライングの特徴 なし