



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

2025-2026

コールの手順

ショート・プログラムとフリー・スケート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・スケートングにおいて、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。転倒が要素外の場合には、リプレイ・オペレーターは要素のビデオクリップにその転倒が含まれていないことを確認しなければならない。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。

データ・オペレーターによるリストの読み上げが正しい場合、TC が要素を確定させる前に、TS1 および TS2 の両方が “アグリー（同意）” と言う。その後 TC は要素を確定させることができる。

ステップ・シーケンス

ルール

| | |
|-----------------|---|
| 概要 | <p>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。</p> <p>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。</p> |
| ショート・プログラム | <p>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。</p> <p>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> |
| フリー・スケート ィング | <p>よくバランスの取れたシニアのフリー・スケートィング・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・スケートィングには含まない。</p> <p>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。短すぎてやっとなんと分かるようなものはステップ・シーケンスの要件を満たすとはみなされない。</p> |

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 | <p>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、サーベントイン、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。</p> <p>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。</p> |
|------|---|

| | |
|---|--|
| 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。 |
| チョクトウの定義 | 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。 |
| 難しいターンおよび ステップの定義 | 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。 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。 |
| 最低限に多様な (Minimum Variety) | 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。 |
| やや多様な (Simple Variety) | 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。 |
| 多様な(Variety) | 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。 |
| 複雑な(Complexity) | 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。 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）。 |
| 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 | <ul style="list-style-type: none"> - 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。 - 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。 - 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。 - 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。 |
| 分布 | 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。 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。 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。 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ATING・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。 |
| 両方向への回転 | 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>“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> |
| <p>身体の動きを使っている</p> | <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/または両脚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>難しいターン3つの組み合わせ2つ (各足で1つずつ)</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>組み合わせの中では：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 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 ・ 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。 ・ フリー・フットが氷に触れてはならない。 ・ 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。 <p>各足とも試みられた最初の組み合わせのみが数えられる。</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>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</p> | <p>ショート・プログラムとフリー・スケートイ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>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</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・スケートイングのステップ・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・スケートイン 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・パウアー、ハイドロブレードイング、最大2回転までのあらゆるジャンプやスピンなど、2つ以上の異なるスケートイング・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イング動作で始まり（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・スケートイングに含まれる。 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・ノーバリュー” 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つの異なるスケートイング・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。 |
| 膝でのスライディング | 片膝または両膝で実行される動作はスケートイング・ムーブメントとしてカウントされる。 |
| 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（2A を除く）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

| | |
|------------------|---|
| <p>概要</p> | <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。</p> <p>姿勢：3 つの基本姿勢がある：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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、ビ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） - 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） - 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）。 <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>レイバック・スピンとは、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>サイドウェイズ・リーニング・スピンとは、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の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>スピン・コンビネーション：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>単一姿勢のスピンのフライング・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）：スピンを終了する際のアップライト姿勢（ファイナル・ウィンドアップ）は、そのようなファイナル・ウィ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>2025-2026 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"> - フライング・スピン <ul style="list-style-type: none"> ○ シニア：単一姿勢のスピンは異なる着氷姿勢のフライング・スピン； ○ 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 - 単一姿勢のスピン <ul style="list-style-type: none"> ○ 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； ○ 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） ○ ジュニア男子：1回のみの足換えありのキャメル・スピン ○ 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； - 1回のみの足換えありのスピンのコンビネーション。 <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"> - 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 - 足換えありのスピンおよびスピンのコンビネーションでは各足6回転 <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・コンビネーションでは足換えが要求される。 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> |
|--------------------------------|--|

| | |
|----------------------------|--|
| <p>男子：足換えありの単一姿勢のスピンの</p> | <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> |
| <p>足換えありのスピン・コンビネーション</p> | <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> |
| <p>フライング・スピン</p> | <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"> - シニア：単一姿勢のスピンのとは異なる着氷姿勢のあらゆるタイプのフライング・スピンのが許される。 - ジュニア：規定された種類のフライング・スピンののみが許される。 <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> |
| <p>フライング・スピンと単一姿勢のスピンの</p> | <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のと同じ姿勢の場合、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> |
| <p>フリー・スケートイン</p> | <p>男子・女子（シニア・ジュニア）のバランスのとれたフリー・スケートイン・プログラムは最大 3 つのスピンのを含まなければならない：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 つはスピン・コンビネーション - 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の - 1 つは単一姿勢のスピンの。 <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。いかなるスピンのも、それ以前に行われたスピンのと同じ性質（略記号）のものであれば、カウントされない（が、1 つのスピンの・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のがない、または単一姿勢のスピンのがない、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が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"> - フライング・スピンや単一姿勢のスピンは 6 回転 - スピン・コンビネーションは 10 回転、 <p>回転数不足は、ジャッジにより GOE 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・ウィ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
- 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・エントランスの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
- 12) 難しいブレードの特徴；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において
レイバック・スピンに対する追加的な特徴項目：
- 13) 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。（ほかのスピン的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）
- 14) 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、アドバンスト・ノービスは 6 回転してから）

特徴 2 - 9、11 - 14 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は、プログラム中で（最初に試みられた）1 回のみ数えられる。

いかなるスピンにおいても、レベル特徴としてカウントできる難しいバリエーションは 2 個までである。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

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 つ目のスピン（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 つ目のスピン（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、ジャンプによる足換え後、通常のシット姿勢に入り、難しいアップライト・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。2 つ目のスピン（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、難しいブレードの特徴、2 つ目の足で通常のシット姿勢からシット姿勢へのスピン中のジャンプ、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、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 でスケーターが難しい入り方、シット・フォワードのバリエーション、スピン中のジャンプ、シット・サイドのバリエーション、回転速度の増加を行った。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> |
| ユーズド姿勢と一緒に行われる特徴 | <p>いかなるスピンにおいても特徴としてカウントされるためには、ユーズドとなる難しいバリエーションと一緒に実施されてはならない。難しいバリエーション（11 カテゴリー）は P14 に記載。</p> <p>ユーズドとなる難しいバリエーションと一緒に実施される特徴の例：</p> <p>1 つ目のスピン：FCSp：難しいフライング、キャメル・フォワード、キャメル・サイドウエイズ、8 回転（4 つの特徴がカウントされる）</p> <p>2 つ目のスピン：CCoSp：シット・フォワード、キャメル・フォワードへの難しい姿勢変更。足換え後、アップライト・ストレート、難しい出方（3 つの特徴がカウントされる：シット・フォワード、アップライト・ストレート、難しい出方。キャメル・フォワードは FCSp で実施されユーズドとなり、同時に実施された難しい姿勢変更もカウントされない）</p> <p>3 つ目のスピン：SSp：難しい入り方、シット・フォワードでのチェンジ・エッジ、シット・サイドウエイズ、シット・ビハインド（3 つの特徴がカウントされる：難しい入り方、シット・サイドウエイズ、シット・ビハインド。シット・フォワードは CCoSp で実施されユーズドとなり、同時に実施されたチェンジ・エッジもカウントされない）</p> |
| 同時に実施したとみなされる特徴 | <p>次の特徴はユーズドとなる難しいバリエーションと同時に実施できない：</p> <ul style="list-style-type: none"> 難しい姿勢変更 チェンジ・エッジ 両方向のスピン 回転速度の増加 8 回転 難しいブレードの特徴 レイバック／サイドウエイズ・スピンでのサイドからバックへの姿勢変更 |

明確化

姿勢

| | |
|--|--|
| 姿勢変更なしのスピ ン | “姿勢変更なしのスピ ン”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”のスピンの要求が満たされず“スピン・コンビネーション”とみなされ る。しかし、スピンを終了するためのアップライト姿勢（ファイナル・ウィンドアッ プ）は、そのようなファイナル・ウィ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。 |
| 基本姿勢で2回転に 満たないスピン・コ ンビネーション | ショート・プログラムでは、スピン・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、スピン・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”のスピン・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 すべてを行うスピ ン・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スピ ン・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つすべて含むスピン・ 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表の“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回転ずつ保持されなければならない。 |
| 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、後のスピンで 評価されうる。 |
| 単一姿勢のスピ ンにおける基本姿勢から 非基本姿勢への変更 | ある基本姿勢のスピン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、スピンのスピンの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（ウィンドミル（非基本姿勢）を含むキャメル・スピンを行った場合な 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・スピン） | 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。 |

スピンへの入り方／スピンの出方

| | |
|--|---|
| <p>難しい入り方および 難しい出方</p> | <p>難しい入り方と難しい出方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、別々のスピンで行われなければならない、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、難しい出方はターン（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。</p> <p>スピンの入り方とはスピンのすぐ前の準備として定義され、スピンの始めの段階を含んでも良い。入り方がスピンのバランス、コントロール、実行に大きな影響を与えるものでなければならない、スピンの最初の足で行われなければならない。</p> <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>スピンの出方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。難しい出方：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、実行に大きな影響を与えるものでなければならない。</p> <p>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・ウィンドアップは除く）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。</p> <p>スピン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> |
| <p>同じスピンでの難しい入り方および出方</p> | <p>難しい入り方および難しい出方の両方の特徴を獲得するためには、それらは異なるスピンで実施されなければならない。スケーターがシット・スピンにおいて難しい入り方、シット・サイドウェイズの難しいバリエーション、シット・ビハインドの難しいバリエーションでの 8 回転、難しい出方を実施した場合、テクニカル・パネルは難しい出方をスピンでレベル 4 を獲得するための特徴としてみなすことができる。5 つすべての特徴は次のスピンでユーズドとなる。</p> |
| <p>難しい入り方とフライング・エントランス</p> | <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>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。</p> |
| <p>フライング・スピン／フライング・エントランスの 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</p> | <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</p> |


| | |
|--|--|
| | も、（別のスピンドで行う）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。 |
|--|--|




バリエーション


| | |
|------------|---|
| 簡単なバリエーション | 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。 簡単なバリエーションを行っても、レベルは上がらない。 |
| 難しいバリエーション | 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。 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。 |

| | |
|---------------------------|--|
| スピンドで実施された3個以上の難しいバリエーション | いかなるスピンドにおいてもレベル特徴としてカウントできる難しいバリエーションは2個までである。スケーターが1つのスピンドで3個以上の難しいバリエーションを試みた場合、カウントされるバリエーションは実施された最初の2個のバリエーションである必要はない。例えば、スケーターが最初の足で難しい入り方からキャメル姿勢、シット・フォワードの難しいバリエーションでのチェンジ・エッジ、足換え後にシット・ビハインドの難しいバリエーション、アップライト・ストレートの難しいバリエーションを実施した。この場合、カウントされる特徴は、難しい入り方、チェンジ・エッジ、シット・ビハインド、アップライト・ストレートとなる。試みられた全ての難しいバリエーションと特徴は次以降のスピンドではユーズドとみなされる。 |
|---------------------------|--|

| | |
|------------------|---|
| 難しいバリエーションのカテゴリー | <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"> - キャメル姿勢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"> - (CF) キャメル・フォワード：肩のラインが氷面に平行である - (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 - (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 - シット姿勢としてはフリー・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"> - (SF) シット・フォワード：フリー・レッグが前方にある - (SS) シット・サイドウェイズ：フリー・レッグが側方にある - (SB) シット・ビハインド：フリー・レッグが後方にある - アップライト姿勢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"> - (UF) アップライト・フォワード：胴が前方に倒れている - (US) アップライト・ストレートまたはサイドウェイズ：胴が真っ直ぐまたは側方に傾いている - (UB) アップライト・ビールマン：ビールマン姿勢 - レイバック姿勢としては1カテゴリーがある： <ul style="list-style-type: none"> - (UL) アップライト・レイバック - 非基本姿勢としては1カテゴリーがある(NBP) |
|------------------|---|

| | |
|--|---|
| <p>クロスフット・スピンド</p>  | <p>“クロスフット・スピンド”は、体重を左右の足に均等にかけ、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・スピンドは、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・スピンド中の回転速度の増加は特徴とみなされない。</p> |
|--|---|

| | |
|--|---|
| <p>ヘッドレス・スピン</p>  | <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> |
| <p>ビールマン姿勢</p> | <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> |
| <p>シット・フォワード とシット・サイド</p> | <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。スケーターは、<u>両腕が脚の下にあるシット・サイドの姿勢では、上半身と頭を下向きに下げること</u>で体幹部のバランスに影響を与えていることを示さなければならない。</p> |
| <p>ウィンドミル</p>   | <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。これらの要求はブレードを保持したままでのウィンドミル（下側の写真）にも適用される。</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）、難しい姿勢変更のレベル特徴とみなされる。ブレードを保持したままスピンの回転足で実施された場合を除き、ウィンドミルはもはや難しい入り方および出方としてはみなされない。スケーターが片手または両手を氷に触れた場合、特徴としてカウントされない。</p> <p>ウィンドミルはプログラム中で一度だけ最初に試みられたもののみ特徴としてカウントされる。例えば、スケーターがフライング・キャメル・スピンで難しい出方をブレードを保持したままのウィンドミルで実施し、プログラム中のその後、スピン・コンビネーションで難しい姿勢変更をウィンドミルで実施した場合、2つ目のウィンドミルはユーズドとみなされ特徴としてカウントされない。</p> <p><u>フリー・レッグがいかなる位置であっても、ウィンドミルがスピンへの入りとして試みられた場合、たとえ難しい入り方として認められなかったとしてもユーズドとなる。難しい入り方は他のスピンの獲得し得る。</u></p> |
| <p>繰り返し</p> | <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> |

| | |
|----------------------------|--|
| 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 |  <p>スケーターが類似のバリエーションを非基本姿勢および基本姿勢で実施した場合、これらのバリエーションが同一プログラム中の同じスピンか異なるスピンのどちらか一方における異なる足で実施された場合のみ、2つのレベル特徴はカウントされる。2つのバリエーションがよく似ている場合、2つ目のバリエーションはカウントされずユーズド姿勢としてみなされる。スケーターが他の特徴をこのユーズド姿勢で実施した場合、これらの他の特徴もカウントされない。</p> |
| 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、<u>かなりの力と技術がなければならない</u>。</p> <p>このジャンプはショート・プログラム、フリー・スケートिंग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。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。レイバック姿勢からサイドウェイズ姿勢またはその逆で回転速度の増加が実施された場合、その姿勢変更においてアップライト姿勢への起き上がりがない限り認められる。スケーターがシット・サイドからシット・ビハインドの難しいバリエーションへ姿勢を変更しながら回転速度の増加を実施する場合、スケーターが基本のシット姿勢を維持し非基本姿勢にならない限り、（回転速度の増加は）カウントされる。</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"> - 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） - キャメル姿勢 - レイバック姿勢 - ビールマン姿勢 - アップライト姿勢の難しいバリエーション <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・エッジが評価されうる。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・エッジを試みたともみなされない。</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> |
| 両方向への回転 | <p>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、レイバック、難しいバリエーションのアップライト、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。</p> <p>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。</p> |
| 同じ足での両方向への回転 | <p>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。</p> |

回転数

| | |
|------|--|
| 8 回転 | <p>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。</p> <p>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：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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） - 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） |
|------|--|

足換え

| | |
|------------|--|
| 同じ足で回転し続ける | <p>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。</p> |
| 簡単な足換え | <p>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。</p> |

| | |
|------------------------------------|--|
| ジャンプによって行われる足換え | <p>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。</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、<u>かなりの力と技術がなければならない。</u></p> |
| 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。 |
| 難しいブレードの特徴 | <p>スピンのバランス、コントロール、実行に大きな影響を与える方法によるブレードの使用。この特徴はキャメル姿勢、シット姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢、<u>難しいバリエーションのアップライト姿勢で行われなければならない。</u>姿勢は特徴を行っている間、常に維持されていなければならない、例えばブレードのかかとやトゥでの回転により達成される。<u>この特徴はスピン中にコントロールを保って行われなければならない、特徴を実施した後も回転を継続しなければならない。</u>この動作ははっきりと認識・確認できなければならない。難しいブレードの特徴は難しい出方とはみなされない。スケーターがスピンの最後にブレードの特徴を実施した場合、難しい出方を試みたことにはならない。スケーターが難しいブレードの特徴を他の特徴（例えば難しい姿勢変更）と一緒に実施した場合、他の特徴のみがカウントされ難しいブレードの特徴は実施されたことにはならない。ブレードの特徴は難しいバリエーションの姿勢と一緒に実施されてもよい。この場合、両方の特徴がカウントされ得る（例えばシット・フォワードの難しいバリエーションと難しいブレードの特徴）。</p> |
| 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） | <p>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：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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； - フリー・スケート - スピンの第2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。 <p>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に関係しない）。</p> |
| 足換えありのスピンでの片足における特徴の数 | <p>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。</p> <p>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。</p> <p>“ジャンプによって行われた足換え”、“両方向のスピン”の特徴は、<u>特徴が行われている足換え後の足に割り当てられて数えられる。</u></p> <p>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。</p> |

| | |
|-----------------------------------|--|
| 足換えありの単一姿勢のスピンの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の一方の足が基本姿勢で2回転に満たないときに、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。 |
|-----------------------------------|--|

| | |
|--------|--|
| “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"> 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； 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； 3) すべての足換えありのスピンの一方の足が3回転に満たない場合（フリー・スケートのみ）。 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）。 <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の一方の足の基本姿勢が2回転に満たない一方の足が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

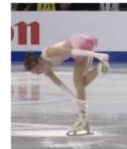
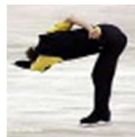
シット・ビハインド



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><u>2025-2026</u> 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"> - 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； - ソロ・ジャンプ： <ul style="list-style-type: none"> - 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； - シニア女子 - あらゆるトリプル・ジャンプ； - ジュニア男子・ジュニア女子 - ダブルまたはトリプル・<u>ループ</u> <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> <p>第 611 条 2 項および第 3 項に基づき、クイント・ジャンプは認められない。</p> |
| フリー・スケート | <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・スケートのバランスの取れたプログラムには、シニア・ジュニアの男女とも7つのジャンプ要素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、クワドラプルおよびクイント・ジャンプのうち、2種類のみを2回行うことができる。2回の繰り返しのうち1種類のみクワドラプルまたはクイント・ジャンプが可能である。（繰り返して実施した）ジャンプの両方がソロ・ジャンプの場合、ソロ・ジャンプの2つ目についてはSOV表を70%に減じた数値が与えられる。</p> <p>同じ名称のトリプル、クワドラプルおよびクイント・ジャンプは、異なる種類のジャンプとみなされる。いかなるトリプル、クワドラプルおよびクイント・ジャンプも2回を超えて試みてはならない。</p> <p>第 612 条 2 項に基づき、フリー・スケートにおいてクイント・ジャンプはソロ・ジャンプとしてのみ可能であり、ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの一部としては認められない。</p> |

ジャンプ・コンビネーション

| | |
|---|---|
| <p>概要</p> | <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（<<）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(<)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> <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。</p> <p>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。</p> |
| <p>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</p> | <p>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で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。</p> |
| <p>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</p> | <p>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。</p> |
| <p>ショート・プログラム</p> | <p>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：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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； - 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； - 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。 <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> <p>第611条2項および第3項に基づき、クイント・ジャンプは認められない。</p> |

| | |
|----------------|--|
| フリー・スケート ング | <p>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。</p> <p>第612条2項に基づき、フリー・スケートにおいてクイント・ジャンプはソロ・ジャンプとしてのみ可能であり、ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスの一部としては認められない。</p> |
|----------------|--|

ジャンプ・シーケンス

| | |
|-----------------|---|
| フリー・スケ ーティング | <p>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系ジャンプであり、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。</p> |
|-----------------|---|

概要

| | |
|----------------|--|
| ショート・プ ログラム | <p>（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。</p> |
|----------------|--|

| | |
|-----------------|--|
| フリー・スケ ーティング | <p>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。</p> |
|-----------------|--|

明確化

| | |
|--|---|
| 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(Downgraded) のジャンプのコー ル | <p>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。</p> <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。</p> <p>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) | <p>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。</p> |

| | |
|---|--|
| 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“<”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、S0V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“<<”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(S0V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 | <p>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。</p> |
| ごまかした踏み切り | <p>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クエンスにおいて)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。</p> |
| 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、S0V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) | <p>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、S0V表で指定されている行に記載されたとおりとなる。</p> |
| 表内ジャンプのバンク | <p>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、コンポーネンツのコンポジションの項目で採点される。</p> |
| 表外ジャンプ | <p>S0V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/シークエンスの中で、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ときのみ、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・シークエ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、シークエ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・シークエンスのままである(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+シークエンス(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 | <p>同じ回転数および名前で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回目がジャンプ・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）。</p> <p>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。</p> |
| 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 | <p>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。</p> <p>例1：4T でクリーンな着氷、その後 3Lz で転倒 → 4T、3Lz + 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 + 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。</p> <p>例2：シニアスケーターが第1ジャンプ要素として2T、第2ジャンプ要素として3Lzを実施し転倒。この場合、2T + COMBO とすべきである。 理由：2T に+COMBO をつけることで、スケーターは2T の価値を得ることができる。もし3Lz に+COMBO をつけた場合、第1要素は2T* となる。</p> |

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/クイント・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、クワッドまたはクイント・ジャンプの1度目の繰り返しがジャンプ・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、両方もののジャンプがソロ・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/クイント・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、クワッドまたはクイント・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/シークエンス中であっても、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/シークエ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クエンス | 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・シークエンスを最大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・シークエンス | フリー・プログラムではジャンプ・シークエンスは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・シークエンスを2回行った場合、2回目のジャンプ・シークエ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・シークエンス：3T+2A+SEQ プログラムの2回目のジャンプ・シークエンス：3S+1A*+2T*+SEQ+REP プログラムの2回目のジャンプ・シークエンス：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/シークエンス | ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンスの合計が3回より多い場合、余分なジャンプ・コンビネーション/シークエンスの第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/シークエ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。 |
| ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンス中でカウントされないジャンプの実施 | ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンスの中で、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）/シークエンス（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。 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* これにより行われたすべてのジャンプはコンピューター・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。 |
| フリー・スケーティングでアクセル型ジャンプがない | フリー・スケーティ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。最後のジャンプ要素ボックスが空いている（スケーターが認められているよりも少ないジャンプ要素を実施）場合、* を加える必要はなく当該ボックスは空いたままとなる。 |

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
2025-2026

| 最高レベル SP | 問題点 | 最高レベル FS |
|-------------------------|---|-------------------------|
| レベルのあるすべての要素 | | |
| 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 |
| ステップ・シーケンス | | |
| 無価値 | 氷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 |
| すべてのスピン | | |
| 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 |
| 足換えありのスピン | | |
| 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 |
| 足換えありの単一姿勢のスピン | | |
| 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 |
| 足換えなしのスピン・コンビネーション | | |
| 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 |
| 足換えありのスピン・コンビネーション | | |
| 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 |
| レイバック・スピン | | |
| 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 |
| フライング・スピン | | |
| 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）/はつ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 |