

日本スケート連盟 2025-26 ノービス課題

ISUでは、ISU Communication [No.2699](#)にて、Advanced Novice、Intermediate Novice、Basic Noviceの課題を定めているが、日本では、この年代の選手の育成を考え、以下のような独自の課題とする。

1、ノービスA 滑走時間 3分 ±10秒

	男 子	女 子
ジャンプ 最大 6	第1ジャンプとして、ループ・ジャンプ、 ルッツ・ジャンプ、フリップ・ジャンプの3種類を含む	
	1つはアクセル・タイプのジャンプを含む ダブルアクセルを含む、いかなるダブルジャンプは (単独でも、コンボ/シーケンスの一部としても) 2回まで	
	トリプル、クワドの2種類のみ、コンボ/シーケンスで繰り返し可能 その内クワドは1種類のみ繰り返すことが出来る 単独として繰り返された場合には+REPが付く	
	ジャンプ・コンボ、ジャンプ・シーケンスは、 ジャンプコンボ1回+ジャンプシーケンス1回 または、ジャンプコンボは2回まで可能	
	ジャンプ・コンボまたはジャンプ・シーケンスのうち 1つだけ3個のジャンプ可能	
スピン(*1) 最大 3	あらゆるタイプのフライング・スピン 1種類の基本姿勢、足換え無し、着氷後最少6回転	
	キャメルまたはシット・スピン	レイバック /サイドウエイズ・リーニング または シットまたはキャメル
	足換えの回数は任意	足換え無し
	フライングからの入りは不可、 最少6回転（足換えの場合には最少10回転以上）、 フライング・スピンと異なる基本姿勢で行なうこと	
	スピン・コンビネーション フライングからの入りは不可、足換えの回数は任意、最少10回転	
ステップ	氷面を十分に利用したステップ・シーケンス	

(*1) ポジションとして認められるには2回転必要

2、ノービスB

滑走時間 2分30秒 ±10秒

	男 子	女 子
ジャンプ 最大 5	第1ジャンプとして、 ルッツ・ジャンプ、フリップ・ジャンプの2種類を含む	
	1つはアクセル・タイプのジャンプを含む ダブルアクセルを含む、いかなるダブルジャンプは (単独でも、コンボ/シーケンスの一部としても) 2回まで	
	トリプル、クワドの2種類のみ、コンボ/シーケンスで繰り返し可能 その内クワドは1種類のみ繰り返すことが出来る 単独として繰り返された場合には+REPが付く	
	ジャンプ・コンボ、ジャンプ・シーケンスは、 ジャンプコンボ1回+ジャンプシーケンス1回 または、ジャンプコンボは2回まで可能	
	ジャンプ・コンボまたはジャンプ・シーケンスのうち 1つだけ3個のジャンプ可能	
スピン(*1) 最大 3	あらゆるタイプのフライング・スピン 1種類の基本姿勢、足換え無し、着氷後最少6回転	
	キャメルまたはシット・スピン	レイバック /サイドウエイズ・リーニング または シットまたはキャメル
	足換えの回数は任意	足換え無し
	フライングからの入りは不可、 最少6回転（足換えの場合には最少10回転以上）、 フライング・スピンと異なる基本姿勢で行なうこと	
	スピン・コンビネーション フライングからの入りは不可、足換えの回数は任意、最少10回転	
コレオグラフィック・シーケンス	形状には制約が無いが、明らかにそれと分かるもの レベルはフィックス、GOEのみで評価される	

(*1) ポジションとして認められるには2回転必要

<2022/9/12追記>

- アクセル型ジャンプが無い場合、規定された最後のジャンプボックス内の全てのジャンプにアスタリスクを付す、とのルールが示されている。
- これを受け、国内ノービスでは以下のとおり扱うこととする。（2022/9/12時点における変更）
- ・ アクセル型ジャンプが無い場合、規定された最後のジャンプボックス内の全てのジャンプにアスタリスクを付す。（ISUシニア・ジュニアと同様の取り扱い）
 - ・ ただし、規定された最後のジャンプボックス内の第一ジャンプが必須ジャンプであった場合、一つ上に遡ったジャンプボックスの全てのジャンプにアスタリスクを付す。（一つ上に遡ったジャンプボックスの第一ジャンプが必須ジャンプであれば、第一ジャンプが必須ジャンプではないジャンプボックスまで遡る。）
 - ・ 加えて「第一ジャンプに必須ジャンプが無い」場合には、アクセル型ジャンプが無い場合の処理を行ったうえで、さらに一つ上に遡ったジャンプの第一ジャンプにアスタリスクを付す。

例：ノービスAにおいて、以下のジャンプ要素が実施された場合

Case1：第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプが無い場合

1	3T	
2	3S	
3	2A	
4	3T*+2T	Loが無い
5	2Lz+2T+2Lo	必須ジャンプ（上に）
6	2F	必須ジャンプ（上に）

Case2：アクセル型ジャンプと第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプが無い場合

1	3T	
2	3S	
3	2S*	Loが無い
4	3T*+2T*	Aが無い
5	2Lz+2T+2Lo	必須ジャンプ（上に）
6	2F	必須ジャンプ（上に）

※Aと必須ジャンプ（Lo）が無い場合、先にAの処理を行う

Case3：第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプが複数無い場合

1	3T	
2	3S	
3	2A	
4	2T+2Lo	Lz/Loが無い
5	2F	必須ジャンプ（上に）
6	2F*	Lz/Loが無い

Case4：第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプがノーバリューの場合

（かつ、第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプが足りない）

1	3T	
2	3S	
3	2A	
4	2S*	Fが無い
5	2Lz+2T+2Lo	必須ジャンプ（上に）
6	Lo	必須ジャンプ（上に）

※Lo(ノーバリュー)でも、必須ジャンプを実施したことになる

Case5：規定されたジャンプボックス数を超えた後に、

第一ジャンプとして必須要素に規定されたジャンプが実施された場合

1	3T	
2	3S	
3	2A	
4	3S+2T	
5	2F	
6	2Lz	
7	2Lo	

1	3T	
2	3S	
3	2A	
4	3S*+2T	Loが無い
5	2F	必須ジャンプ（上に）
6	2Lz	必須ジャンプ（上に）
7	2Lo*	7つ目のジャンプボックス

※規定されたジャンプボックス外のジャンプは*が付き、必須ジャンプを実施したことにならない