



**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**

**2018/2019 版**

2018年7月19日 版  
(日本語訳: 2018年8月7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。

いかなる間違っ要素も“\*”を受け、結果的に“無価値”になる。

# 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。逆行は禁止されていない。  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、いかなる表外ジャンプを含めてもよい。
フリー・スケートング	よくバランスの取れたフリー・スケートング・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・シーケンスの中でジャンプを行ってもよい。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。

## 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) 完全に体が回転する両方向(左と右)への回転。各回転方向とも全体でパターンの少なくとも1/3はカバーする。
- 3) 少なくともパターンの1/3において身体の動きを使っている
- 4) シーケンスの中に明確なリズムで実行する難しい3つのターンの組み合わせ。各足異なるものを1つずつ。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ほぼ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、エッジの変更、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片足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。

<b>最低限に多様な (Minimum Variety)</b>	少なくとも 5 個の難しいターンおよびステップを含む。どの種類も数えてよいのは 2 回までである。
<b>やや多様な (Simple Variety)</b>	少なくとも 7 個の難しいターンおよびステップを含む。どの種類も数えてよいのは 2 回までである。
<b>多様な(Variety)</b>	少なくとも 9 個の難しいターンおよびステップを含む。どの種類も数えてよいのは 2 回までである。
<b>複雑な(Complexity)</b>	<p>少なくとも 11 個の難しいターンおよびステップを含む。いずれの種類も数えてよいのは 2 回までである。</p> <p>5 種類のターンおよびステップはそれぞれ両方向に行われなければならない。</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>
<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少なくとも 1/3 は両腕、頭、胴体、ヒップ、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>
<b>難しい 3 つのターンの組み合わせ 2 つ (各足で 1 つずつ)</b>	<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><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、エッジの変更、ジャンプ/ホップ、足換えは許されない;</li> <li>・ 組み合わせの中で少なくとも 1 つのターンは他のものと異なる種類でなければならない。</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>・ 組み合わせはシーケンス中で明確なリズムで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。最大ターン数の制限はないが、数えられるためには難しいターンが 3 つ連続で成功しなければならない。</p>

<b>ステップ・シーケンス中に行われた半回転を超えるジャンプ</b>	<p>リストにないジャンプは回転数にかかわらずステップ・シーケンスの中に含んでもよく、減点や他の影響もない。</p> <p>半回転を超えるリストにあるジャンプはショート・プログラムでは要素としては無視されるが、“1/2回転を超えるリストにあるジャンプを含む”ことによりジャッジからGOEを1点減点される。フリー・スケートイングのステップ・シーケンスにはリストにあるジャンプを含んでもよく、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、ステップ、ターン、スパイラル、アラベスク、スプレッド・イーグル、イナ・パワー、ハイドロレーディング、最大2回転までのあらゆるジャンプ、スピンなどあらゆる種類の動作から構成される。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、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。
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。
ステップ・シーケンスとコレオグラフィック・シーケンスの順序	シニアのシングルのフリー・スケートイングでは、ステップ・シーケンスとコレオグラフィック・シーケンスの順序は任意である。

# スピン

## ルール

<b>概要</b>	<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、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)</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><b>いかなるスピンにおいても、エッジの変更は基本姿勢の中で行われた場合にのみ数えられる。</b></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。<u>この要求を満たさなければ、そのスピンはフリー・スケーティングでは“V”の記号が付きショート・プログラムでは“無価値”となる。</u></p> <p>スケーターがスピンの入りで転倒した場合、転倒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>(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は、スケーターが難度や美しさ等を高めることなくただ単にファイナル・windアップを行っているだけの場合に限り、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（宙に浮かずにまたいでいる状態）は、テクニカル・パネルにより基礎値におい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>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>ショート・プログラム</b></p>	<p>2018-2019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: 単一姿勢のスピンとは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・<u>キャメル</u>・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 <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<u>シット</u>・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<u>シット</u>・スピン;</li> </ul> </li> <li>- 1回のみの足換えありのスピン・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およびスピン・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・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**

<p><b>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</b></p>	<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、スケーターがエッジの変更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。</p>
-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>男子: 足換えありの単一姿勢のスピン</b></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><b>足換えありのスピン・コンビネーション</b></p>	<p>スピン・コンビネーションは、スピン中のどこであつ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。最大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><b>フライング・スピン</b></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"> <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> <li>- 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。</li> </ul> <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、着氷姿勢のようなバリエーションで行ってもよい。</p>
<p><b>フライング・スピンと単一姿勢のスピン</b></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><b>フリー・スケートティング</b></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・wind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) ジャンプにより行われる足換え
- 3) スピンの中で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) スピンへの難しい入り方
- 6) シット姿勢、キャメル姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢での明確なエッジの変更（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）
- 7) （1 回目）の足換え後の足で 3 基本姿勢すべてを行う
- 8) シット姿勢またはキャメル姿勢でのただちに続けて行う両方向のスピンの
- 9) キャメル姿勢、シット姿勢、レイバック姿勢、ビールマン姿勢での明確な回転速度の増加
- 10) 姿勢／バリエーション、足、エッジを変更せずに少なくとも 8 回転（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（明確化も参照のこと）

### 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・スピンが行われた場合も数える）
- 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・スピンで 8 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）一度のみである。特徴 10 を数えるのは、プログラム中で一度のみである（ただし、成し遂げられた最初のスピンにおいてのみであり、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、スケーターの有利になるようにどちらか一つを数える）。

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）一度のみ数えられる。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）一度のみである。

いずれの足換えを伴うスピンでも、一方の足で獲得することができる特徴の数は最大 2 個である。

## 明確化

### 姿勢

<p><b>姿勢変更なしのスピン</b></p>	<p>“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は、スケーターが難度や美しさ等を高めることなくただ単にファイナル・windアップを行っているだけの場合に限り、回転数にかかわらず別姿勢とはみなされない。</p>
<p><b>基本姿勢で 2 回転に満たないスピン・コンビネーション</b></p>	<p>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。</p> <p>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。</p>
<p><b>(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</b></p>	<p>スピン・コンビネーションでは、レベルの特徴として数えられるためには、(1 回目)の足換え後の足で 3 基本姿勢すべてが行われなければならない。この特徴は足換えによって中断することなく行われた場合にのみ与えられ、2 回目の足換え以降には与えられない。</p>
<p><b>2 基本姿勢のみのスピン・コンビネーション</b></p>	<p>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 の“V”の欄に記載されたとおりである。</p>

略号およびコールの手順	3つまたは2つの基本姿勢がある足換えありまたは足換えなしのスピンのコンビネーション(例えばレベル4)の略号は、基本姿勢が3つの場合、CCoSp4 および CoSp4 であり、基本姿勢が2つの場合、CCoSp4V および CoSp4V であり、コールは“スピン・コンビネーション足換えあり/(足換えなし:コールせず)、レベル4”または“スピン・コンビネーション足換えあり/(足換えなし:コールせず)、レベル4V”となる。
-------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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、後のスピンで評価される。
----------------	----------------------------------------------

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

難しい入り方	<p>“スピンへの入り方”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、実行にかなりの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。この姿勢としては基本姿勢または(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・エントランスはもはや難しい入り方とはみなされない。</p> <p>スピンへの入り方がテクニカル・パネルによって“難しい”とみなされなければ、トランジションとみなされ“難しい入り方”の特徴は依然としてその後のスピンで評価される。</p>
--------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

難しい入り方とフライング・エントランス	<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>
---------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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	<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・キャメルの入り方を行っていても、(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

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。
------------	----------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>難しいバリエーション</b></p>	<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、頭の動きがより大きな肉体的強さまたは柔軟性を要し、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。</p> <p>これらのバリエーションだけがレベルを上げる。</p>
<p><b>難しいバリエーションのカテゴリー</b></p>	<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：肩のラインが氷面と平行になっている</li> <li>- (GS) 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っている</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っている</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> <li>- (SB) シット・ビハインド：フリー・レッグが後方にある</li> </ul> </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>
<p><b>クロスフット・スピン</b></p>	<p>“クロスフット・スピン”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。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。</p>
<p><b>ビールマン姿勢</b></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一度のみ数えられる。</p> <p>フリー・スケートイングにおいて、(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><b>シット・サイド</b></p>	<p>“シット・サイド”の姿勢は、身体の部分すなわち脚、腕、手、頭の動きがより大きな肉体的強さまたは柔軟性を要し、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>
<p><b>ウインドミル</b></p>	<p>ウインドミル(イリュージョン)は、非基本姿勢の難しいバリエーション(NBP)としてみなされ、レベルの特徴として数えられるためには、少なくとも続けて3回行われなければならない。</p> <p>ウインドミル(イリュージョン)は、最初に試みられた一度のみ、非基本姿勢の難しいバリエーション、スピンへの難しい入りまたは難しい姿勢変更のレベル特徴とみなされる。この動作には肉体的強さまたは柔軟性があり、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><b>繰り返し</b></p>	<p>どのカテゴリーの基本姿勢における難しいスピンバリエーションも、プログラム中で(最初に試みられた)一度のみ数えられる。非基本姿勢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)一度のみスピン・コンビネーションにおいて数えられる。</p>

繰り返されたバリエーションにおける特徴	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。
---------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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	キャメルの難しいバリエーションの準備をする間にフリー・レッグが長々と下がる場合には、それでも該当するレベル特徴は与えられるが、ジャッジはGOEの減点を適用する。
------------	----------------------------------------------------------------------------------

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に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・スケートとともに、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、レイバック姿勢またはビールマン姿勢において、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>回転速度の増加は、1つの基本姿勢の中または基本姿勢の中でバリエーションへと移行するときのみ数えられる。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。</p>
---------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### エッジおよび回転方向

明確なエッジの変更	<p>明確なエッジの変更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> </ul> <p>他のいかなるエッジの変更の試みも無視され、別の場所で評価される。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)はエッジの変更を試みたとみなされない。</p> <p>明確なエッジの変更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、キャメル、レイバックまたはビールマン)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>アップライト姿勢または非基本姿勢でのエッジの変更はレベルの特徴には数えない。</p> <p>エッジの変更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で一度、フリー・スケートのスピンで一度のみである。</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、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。
---------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 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。
-----------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

足換えの時のトウアラビアン	フリー・スケートンにおいてのみこの足換えは許され、ジャンプによって行われた足換えとみなされ、レベルの特徴として数えられる。  ショート・プログラムで行う場合、この足換えはエラーとみなされレベルの特徴としては数えられず、“フリー・フットの氷面への接触”というISUガイドラインに従いGOEが減点される。
---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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ず(間違った要素)、フリー・スケートンでは、レベルを上げる特徴としては数えない。
---------	---------------------------------------------------------------------------------------

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・スケートン - 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、“拙劣に行われた足換え”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の数は最大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”および“(1回目の)足換え後の足で基本3姿勢すべてを行う”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: <u>ショート・プログラムでは“無価値”</u> <u>フリー・スケートでは“V”の記号が付く。</u>
-------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

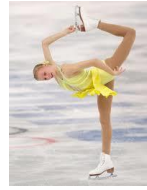
SOV

<u>“V”の記号</u>	<p>“V”の記号は次の4つの状況でのみ獲得される:</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) <u>すべての足換えありのスピで、一方の足が3回転に満たない場合</u> (フリー・スケートのみ)。</li> <li>4) <u>単一姿勢の足換えありのスピ:一方の足の基本姿勢が2回転に満たない場合</u> (フリー・スケートのみ)。</li> </ol> <p><u>CCoSpで基本姿勢が2つしなく一方の足が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”の記号が獲得される。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。</u></p>
---------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## キャメル姿勢

# CF

キャメル・フォワード



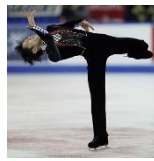
# CS

キャメル・サイドウェイズ



# CU

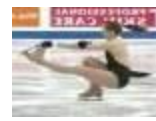
キャメル・アップワード



## 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

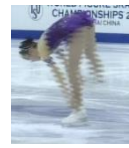
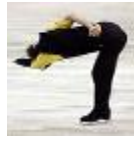




## アップライト姿勢

# UF

アップライト・フォワード



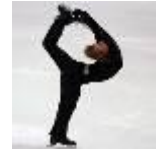
# US

アップライト・ストレート  
およびサイドウエイズ



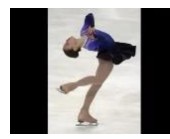
# UB

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>2018-2019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>- <u>ソロ・ジャンプ</u>:<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・フリップ。</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・スケートイング	<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・スケートイングのバランスの取れたプログラムには、<u>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</u>、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><u>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。</u></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><u>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。</u></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><b>ショート・プログラム</b></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"> <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 つの同一のジャンプまたは異なるダブル、トリプルまたはクワドラプル・ジャンプから構成される。シニア男子では、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><b>フリー・スケートティング</b></p>	<p>ジャンプ・コンビネーション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。</p> <p>ジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シーケンスは、最大 3 回までフリー・プログラムの中で認められる。1 つのジャンプ・コンビネーションは最大 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>
----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### ジャンプ・シーケンス

<p><b>フリー・スケートティング</b></p>	<p>ジャンプ・シーケンスは任意の回転数の 2 つのジャンプで構成され、任意のジャンプで開始し、最初のジャンプの着氷のカーブからアクセル・ジャンプのテイクオフカーブに直接踏み込み、直ちにアクセルタイプのジャンプに続くものである。</p>
----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 概要

<p><b>ショート・プログラム</b></p>	<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はジャンプ・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)には、(2 つのダブル・ジャンプのうちの)(記号&lt;、&lt;&lt;、e を考慮した後の)より価値の低いジャンプがカウントされない。</p>
--------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>フリー・スケートティング</b></p>	<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

<p><b>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</b></p>	<p>ジャンプが回転不足判定(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。回転不足判定およびダウングレード判定になるジャンプは両方とも、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。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>
---------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>回転不足判定 (Under-rotated) のジャンプ</b></p>	<p>ジャンプが“<b>回転不足判定(Under-rotated)</b>”となるのは、“不足している回転が 1/4 回転以上、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・パネルから各ジャンプへ示され、プロトコルでは要素名の後ろに“&lt;”記号が付される。</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>
--------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>ダウングレード判定 (Downgraded)のジャンプ</b></p>	<p>ジャンプが“<b>ダウングレード判定(Downgraded)</b>”となるのは、“<b>回転不足が 1/2 回転以上</b>”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“&lt;&lt;”記号が付される。</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>
<p><b>ごまかした踏み切り</b></p>	<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<b>通常速度</b>のみである。</p>
<p><b>間違ったエッジでの踏み切り (フリップ/ルッツ)</b></p>	<p>フリップはバックワード・インサイド・エッジからの踏み切りである。ルッツはバックワード・アウトサイド・エッジからの踏み切りである。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>
<p><b>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)</b></p>	<p>記号“e”および記号“&lt;”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。</p>
<p><b>表内ジャンプのパンク</b></p>	<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、コンポーネントの“トランジション”の項目で採点される。</p>
<p><b>表外のジャンプ</b></p>	<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・エッジから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、トラン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>
<p><b>反対の足での着氷</b></p>	<p>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 <u>1回転を超えるあらゆるジャンプ</u>をどちらの足で着氷してもよい。</p>
<p><b>間違ったエッジでの着氷</b></p>	<p>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。</p>
<p><b>スピンとジャンプを連続して行う</b></p>	<p>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)。</p>
<p><b>ジャンプを試みる</b></p>	<p>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ゥを突き、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。</p> <p>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</p>

	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。
体重移動を伴わないようなフリー・フットのタッチ・ダウン	<p>体重移動を伴わないようなフリー・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ような場合、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)。</p> <p>氷上で完全に 1 回転より多く回転した場合、ショート・プログラムでは“この回転の前に行われたジャンプ+続くジャンプすべてに*(アスタリスク)を付けた コンボ(COMBO)”, フリー・スケATINGでは“この回転の前に行われたジャンプ+続くジャンプすべてに*(アスタリスク)を付けた シークエンス(SEQ)”とコールされる。</p>
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。
<b>ショート・プログラム</b>	
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	<p>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。ソロ・ジャンプとジャンプ・コンビネーションの一部として 2 度同じジャンプが行われた場合、2 度目に行われたジャンプはカウントされない(繰り返されたジャンプがジャンプ・コンビネーションの一部として行われた場合、上記の要件に違反する個のジャンプのみがカウントされない)。</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。</p> <p>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	<p>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)”。</p> <p>※ 英語原文には下線があるが、変更点ではないため下線を削除した。</p>
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。



無価値となる、または、最大でもレベル B/1/2/3 にしかならない要素 シングル SP&FS 2018-2019 シーズン

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	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
<b>すべてのスピンの</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
<b>足換えありのスピンの</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の</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のコンビネーション</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のコンビネーション</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・スピンの</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・スピンの</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