

【競技種目】

シングル・スケーティング男子

クラス	参加資格		時間	課題
選手権	7級以上	2025年7月1日以前に17才に達している者	2分40秒±10秒 4分±10秒	ISUシニア課題 ショート・プログラム フリー・スケーティング
ジュニア選手権	5級以上	2006年7月1日～2012年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	2分40秒±10秒 3分30秒±10秒	ISUジュニア課題 ショート・プログラム フリー・スケーティング
ノービスA	4級以上 (見込み級を含む)	2012年7月1日～2015年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	3分±10秒	日本スケート連盟 ノービスA課題
ノービスB	3級以上 (見込み級を含む)	2014年7月1日～2017年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	2分30秒±10秒	日本スケート連盟 ノービスB課題
4級クラス			3分±10秒	日本スケート連盟 ノービスA課題
3級クラス			2分30秒±10秒	日本スケート連盟 ノービスB課題
2級クラス			2分±10秒	日本スケート連盟 下位クラスガイドライン に準ずる
1級クラス			1分±10秒	同上
初級クラス			1分±10秒	同上

シングル・スケーティング女子

クラス	参加資格		時間	課題
選手権	7級以上	2025年7月1日以前に17才に達している者	2分40秒±10秒 4分±10秒	ISUシニア課題 ショート・プログラム フリー・スケーティング
ジュニア選手権	6級以上	2006年7月1日～2013年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	2分40秒±10秒 3分30秒±10秒	ISUジュニア課題 ショート・プログラム フリー・スケーティング
ノービスA	6級以上 (見込み級を含む)	2012年7月1日～2015年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	3分±10秒	日本スケート連盟 ノービスA課題
ノービスB	5級以上 (見込み級を含む)	2014年7月1日～2017年6月30日の間に出生した者(来シーズン年齢含む)	2分30秒±10秒	日本スケート連盟 ノービスB課題
6級クラス			3分30秒±10秒	ISUジュニア課題 フリー・スケーティング
5級クラス			3分30秒±10秒	ISUジュニア課題 フリー・スケーティング
4級クラス			3分±10秒	日本スケート連盟 ノービスA課題
3級クラス			2分30秒±10秒	日本スケート連盟 ノービスB課題
2級クラス			2分±10秒	日本スケート連盟 下位クラスガイドライン に準ずる
1級クラス			1分±10秒	同上
初級クラス			1分±10秒	同上

※1 選手権、ジュニア選手権のフリー・スケーティングは競技日程上、ショートプログラム上位2グループで実施します。

※2 ジュニア選手権、ノービスA、ノービスBの年齢要件は来シーズン年齢を含む。

競技課題の内容

【別記1】2級男女共 3PCS(CO、PR、SK) ファクター:1.8(全PC共通) 転倒:-0.2

(演技時間2分±10秒)

バランスの良いフリー・プログラムに含まれる要素

a)ジャンプ要素 最大4個

ジャンプ2個で構成されるジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンスを2回含むことが出来る。

第一ジャンプは異なった4種類を含むこと。(回転数が異なって同じ種類とするも)

内1つはアクセラ型ジャンプでなければならない。

但し、同じ種類のジャンプは2個まで(回転 数が異なっても同じ種類とする)

b)スピン要素 異なった2種類を2個 (レベルは認定)

1つは1ポジションのスピン(基本姿勢で5回転以上)

1つはスピン・コンビネーションのスピン(足換えが無い場合は5回転以上、足換えがある場合は、合計 10 回転以上)

c)ステップ要素 ステップ・シークエンス 最大レベル1で評価をする。

氷面を十分に使用したステップ・シークエンス

【別記2】1級男女共 3PCS(CO、PR、SK) ファクター:1.5(全PC共通) 転倒:-0.2

(演技時間1分±10秒) バランスの良いフリー・プログラムに含まれる要素

a)ジャンプ要素 最大4個

ジャンプ2個で構成されるジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンスを1回含むことが出来る。第一ジャンプは異なった4種類(回転数が異なっても同じ種類とする)

ワルツ・ジャンプ不可

b)スピン要素 最 1 個

1ポジションのスピン(基本姿勢で5回転以上)最大レベル1で評価する。

c)ステップ要素 ステップ・シークエンス 最大レベルBで評価をする。

シークエンスの長さは1/2以上で認定する。

【別記3】初級 男女共 3PCS(CO、PR、SK) ファクター:1.2(全PC共通) 転倒:-0.2

(演技時間1分±10秒)

バランスの良いフリー・プログラムに含まれる要素

a)ジャンプ要素 最大4個

ジャンプ2個で構成されるジャンプ・コンビネーションまたはジャンプ・シークエンスを1回含むことが出来る。第一ジャンプは異なった4種類(回転数が異なっても同じ種類とする)
ワルツ・ジャンプ可

b) スピン要素 最大1個

1ポジションのスピン(基本姿勢で5回転以上)レベルBで評価する。

競技課題の内容

シングル・スケーティング

- ・滑走時間の過不足は規定時間の過不足5秒ごとに1.0が減点される。
- ・スピンと認められるには3回転以上が必要、3回転未満は無価値となる。
- ・不足している回転が、1/4回転不足の場合は $\frac{1}{2}$ 回転未満の場合には、"under-rotated" <"1/2転以上"の場合は "Downgraded" "=<<"となる。
- ・シングル・アクセル・ジャンプのダウングレードは無価値となる。(ワルツ・ジャンプとは異なる)

【選手権・ジュニア選手権】

- ・シングル1.1倍のボーナスが付くジャンプは、演技後半に開始されるジャンプのうち、ショート・プログラムは最後の1本、フリー・スケーティングは最後の3本とする。
- ・プログラム・コンポーネンツの係数は ショート・プログラム 男子1.67、女子1.33とする。
フリー・スケーティング男子3.33、女子2.67とする。

【ノービス】

- ・日本スケート連盟ノービス競技会における演技の中斷による減点
プログラムの中斷が起きた場合には、レフェリーは10秒毎に0.5を減点する。
例えば 11秒～20秒 0.5 21秒～30秒 1.0 31秒～40秒 1.5
競技者がレフェリーに中断を要求せず、事態を40秒以内に解消した場合
上記の中斷を適用し、40秒を超えた場合は棄権となる。
レフェリーに40秒以内に最長3分間の中斷を要求した場合は、
レフェリーは中断全体に対し2.5を減点する。
- ・プログラム・コンポーネンツの係数は ショート・プログラム 男子1.67、女子1.33とする。
フリー・スケーティング男子3.33、女子2.67とする。
- ・ノービスAクラスの1.1倍のボーナスが付くジャンプは、演技後半に開始されるジャンプのうち、最後の2つとする。
(ノービスBは1.1倍のボーナス無し)
- ・演技時間違反は超過または不足した5秒までごとに-0.5点
- ・演技開始遅れは30秒間以内の遅れで演技開始姿勢をとった場合:-0.5点

【2級以下ロークラス】

- ・規定されている最大ジャンプ数のうち、第1ジャンプが重複したものは無価値となる。
- ・転倒は1回につき0.2減点される。
- ・2級以下ロークラスにおける演技中断の減点
プログラムの中斷が起きた場合には、レフリーは10秒毎に0.2を減点する。
レフリーに40秒以内に最長3分間の中斷を要求した場合は、レフリーは中断全体に対し1.0を減点する。