

競技規則

世界選手権大会のルールから

無印：共通演技規定要素

★：シニアのみの演技規定要素

▲：ジュニアのみの演技規定要素

項目/種目	チアダンス	チアダンス・ダブルス
競技人数	8名～16名	2名
競技時間	2分15秒以上2分30秒以内。	1分15秒以上1分30秒以内。
競技エリア	12m×12m 四方内。	
衣装	原則として自由であるが、競技者の身体能力が評価されやすいようにする。	
ボン	ボンを持っての演技は継続的に演技の1/3以上使用。 ・女子は全員ボンを持ち男子は持たない。	
規定要素 (必ず組み込む 内容・全員同 じ種類の動きを 同時に、又は波 状的に行う)	・★2種類のピュリエット/ターン その内1種類はダブルピュリエット/ターン ▲1種類のダブルピュリエット/ターン ・★3種類のハイキック ▲2種類のハイキック ・1種類のスプリッツ(左右、前後どれでも良い) ・★3種類のチアジャンプ ▲2種類のチアジャンプ ・2種類のリープ ・8カウントのチアアームモーション	・★2種類のピュリエット/ターン その内1種類はダブルピュリエット/ターン ▲1回のダブルピュリエット/ターン ・2種類のハイキック ・1種類のスプリッツ(左右、前後どれでも良い) ・★3種類のチアジャンプ ▲2種類のチアジャンプ ・2種類のリープ ・8カウントのチアアームモーション

■競技内容

- ◆音が鳴り始めたところからスタートとする。(演技始めの音なしは不可)
- ◆音楽、動作が終了した時点で演技の終わりとする。
- ◆チームの個性的表現性を工夫し完成度を高める。
- ◆12m四方の空間を偏らないように空間構成を考える。
- ◆ダンスのジャンル(スタイル)には特に制限はないが、競技には必ず次の規定要素を同時に又は波状的に全員で行う。
 部門で規定要素が異なる(競技規則を参照)
 - ピュリエット/ターン
 - スプリッツ・ハイキック
 - チアジャンプ
 - リープ
 - チアのアームモーション
- ◆演技はジャズ、ファンク、ポップ、リリカル、等さまざまな種類を組み入れる。
- ◆一つひとつの動きの流れを工夫し、動きのアクセント、高低の変化、リズムの変化をつけながら演技内容を高める。
- ◆ボンの動きはシャープで力強く表現する。
- ◆チア、サイドライン、パートナースタンプ、ピラミッド、タンプリング、アクロバティック的動作(臀部を肩より高い位置での回転)は禁止。
- ◆リフトは不可。

■競技の中断・再開

- ◆競技中、選手の怪我等により審判委員長が演技の続行が危険、もしくは不可能と判断した場合、競技を中断させることがある。
- ◆競技の途中、競技者が何らかの理由で演技を中断しエリア内から出た場合は、演技を中断したと見なし途中で棄権したものとする。
- ◆演技中に停電、機器のトラブルで主催者側に責任がある場合は、審判委員長の判断で演技の中断、再開をする。

■安全規則

- ◆規則に違反した場合、安全規則違反となり大幅な減点となる。

- ◆衣装は競技の安全性を高めるために、その一部分が床に落ちないようにする。
- ◆審判員が危険と判断した動作については、その都度減点する。動きの安全性に疑問がある場合、事前に連盟へ確認する。
- ◆ギブス等で体を安全に固定した状態、および、硬い素材や器具のついたサポーターを身につけた状態での競技参加は、基本的に認められない。使用する場合は事前に申請を必要とする。