**直転難度申請書**

名前　　　　　　　　　　　　　　　　男子／女子

　　　　　　　　 所属

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 技順 | 難度 | 運動 | 技の系統 | 価値点 |
| 例1 | B4 | リングを握る大ブリッジ・前方回転 | ⑦ | 0.4 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
| 　 | 　 | 　 |  | 　 |
| 合計 | 点 |

　 ※ 難度は、「ラート競技難度表（直転）2015」を参照の上、記入して下さい。

 新技申請された難度は、申請年度と申請番号を記入して下さい。

* 技の系統は4ページ目の「直転における技の系統制限」を参照の上、丸数字（①～⑦）で記入してください。技の系統は１つの運動に対し、1つも該当しない場合、複数該当する場合があります。該当するすべての技の系統の番号を記載してください。

**斜転難度申請書**

名前　　　　　　　　　　　　　　　　男子／女子

　　　　　　　　 所属

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 技順 | 難度 | 運動 | 技の系統 | 価値点 |
| 例1 | B6 | フリーフライ側方回転・両ベルト（2回転） |  | 0.4 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
|  |  | 　 |  | 　 |
| 　 | 　 | 　 |  | 　 |
| 合計 | 点 |

　 ※ 難度は「ラート競技難度表（斜転）2015」を参照の上、記入して下さい。

　　 新技申請された難度は、申請年度と申請番号を記入して下さい。

* 技の系統は4ページ目の「斜転における技の系統制限」を参照の上、丸数字（①～⑦）で記入してください。技の系統は１つの運動に対し、1つも該当しない場合、複数該当する場合があります。該当するすべての技の系統の番号を記載してください。

**跳躍難度申請書**

名前　　　　　　　　　　　　　　　　男子／女子

　　　　　　　　 所属

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| カテゴリー | 運動 | 加点（空中でのひねり） | 難度点 |
| 　例 |
| B3前向きでのｽﾀﾝﾃﾞｨﾝｸ系 | 前方抱え込み宙返り跳び（2.0） | 1/2ひねり（0.5） | 2.5 点 |
| 　1試技 |
| 　 | 　 | 　 | 点 |
| 　2試技 |
| 　 | 　 | 　 | 点 |

※ 難度は、「ラート競技採点競技規則2020」を参照の上、 記入して下さい。
新技申請された難度は、申請年度と申請番号を記入して下さい。

**技の系統制限**

直転・斜転における技の系統制限については、以下を参考に丸数字（①～⑦）で記載をしてください。

**直転における技の系統制限**

1. 膝掛け回りを含む運動（前回り、後ろ回り、両足、片足を含む）
2. 前回り・後ろ回りを含む運動
3. 上方での足抜きを含む運動
4. 膝懸垂でのスイングを含む運動（周辺系/中心系を問わない）
5. 前回り下り2分の1ひねりを含む運動
6. リング上での前転・後転を含む運動
7. 大ブリッジ

**斜転における技の系統制限**

1. ベルトなしで行う回転方向の転換を含む運動
2. ベルトをつけて行う両手を離した回転方向の転換を含む運動
3. 大開脚（前後/左右）を含む運動　（前後/左右、大斜転/小斜転を問わない）
4. 屈身を含む運動
5. ベルトなしで行う側方のブリッジ（後傾ブリッジなど。大斜転、小斜転は問わない。）
6. （横姿勢の中心系小斜転において）開脚バーに片足を置いた運動
7. 周辺系の小斜転