

全日本学生ラート競技選手権大会

競技規則 2023



全日本学生ラート競技選手権大会 技術委員会  
令和5年6月11日

# 目次

1.	はじめに.....	1
2.	競技部門.....	1
3.	競技会の審判員構成.....	1
4.	規定演技の部.....	2
4.1.	最終得点の算出方法.....	2
4.2.	実施減点の許容範囲.....	2
4.3.	規定演技の演技構成について.....	3
4.3.1.	直転の演技について.....	3
4.3.2.	斜転の演技について.....	5
4.3.3.	跳躍の演技について.....	6
4.4.	直転・斜転の採点方法.....	7
4.4.1.	不成立の運動に対する減点.....	7
4.4.2.	運動の入れ替えに対する減点.....	7
4.4.3.	最初から構成に含めなかった運動に対する減点.....	9
4.4.4.	手を使ったベルトの締め直しに対する減点.....	9
4.4.5.	直転におけるバーン数超過に対する減点.....	9
4.4.6.	演技の長さに対する減点.....	10
4.4.7.	演技の中止.....	10
4.5.	斜転の採点方法.....	11
4.5.1.	ユニットの区切り.....	11
4.5.2.	余剰回転の定義.....	11
4.5.3.	規定の構成から逸脱した運動に対する減点.....	12
5.	自由演技の部.....	16
5.1.	難度点・最高点について.....	16

## 1. はじめに

本規則は全日本学生ラート競技選手権大会における規定演技及び、自由演技に関する競技規則である。「全日本学生ラート競技選手権大会競技規則 2022」における加筆および変更部分を下線で示している。

## 2. 競技部門

全日本学生ラート競技選手権大会では規定演技の部と自由演技の部が行われる。

規定演技の部では、直転・斜転・跳躍の各種目を本規則で定めた構成で実施し、本規則及び、以下の採点規則に則って演技を行う。

- ・「ラート競技採点規則 2020」

自由演技の部では、直転・斜転・跳躍の各種目を本規則及び、以下の採点規則に則って演技を行う。

- ・「ラート競技採点規則 2020」
- ・「ラート競技難度表（直転）2015.3」
- ・「ラート競技難度表（斜転）2015.2」

## 3. 競技会の審判員構成

本大会の審判構成は以下を基本とする。なお、本大会の審判長は、実行委員会と技術委員会による協議によって選出する。審判員は審判長、実行委員会、技術委員会による協議によって選出する。

<審判構成>

	種目	実施審判	規定審判
規定演技	直転・斜転	2～4	1～2
	跳躍	2～4	<u>0～2</u>

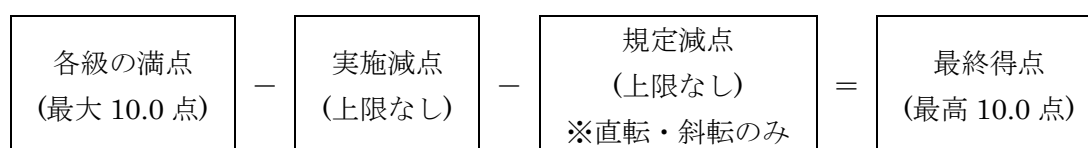
	種目	実施審判	難度審判	構成審判
自由演技	直転・斜転	2～4	1～2	1～2
	跳躍	2～4	1～2	0

## 4. 規定演技の部

### 4.1. 最終得点の算出方法

直転・斜転の審判は、実施審判及び、規定審判より構成される。規定審判は、規定演技として定められた各運動が成立しているかを判断する審判であり、規定減点を行う。各級で定められた満点より、実施審判による減点及び、規定審判による減点を行い、最終得点を決定する。振りとび下り（A 難度）を行って演技を終了した場合、最終得点 0.2 点以上が保障される。

跳躍の審判は、実施審判のみ、もしくは、実施審判と規定審判で構成される。各技で定められた満点より、実施審判による減点を行い、最終得点を決定する。規定審判は選手が実施した技の認定を行う。



### 4.2. 実施減点の許容範囲

規定演技の採点では、実施減点に上限が無く、直転・斜転の級及び、跳躍の技によって満点が異なるため、実施減点の許容範囲について次のように定める。

最終得点として採用された実施審判 2 名による実施減点の差(実施審判が 3 名の場合は、実施審判 3 名による実施減点の最大差)が、以下の基準を超えた場合、主審は各審判員を招集し、採点調整をしなければならない。

許容範囲	実施減点
0.2 点	0～0.5 点
0.3 点	0.55～1.0 点
0.5 点	1.05～2.0 点
0.8 点	2.05～4.0 点
1.0 点	4.05 点以上

### 4.3. 規定演技の演技構成について

#### 4.3.1. 直転の演技について

直転は、以下の演技を規定演技として定める。各級の満点は、技術委員会において、各運動の難易度を協議し、算出したものである。なお、《 》は移行を意味しており、記述通りの移行を行わなければならない。また、( ) は規定の足や手の位置を意味しており、記述通りに演技を行わなければならない。移行または足、手の位置が記述通りでない場合、規定減点はとらないが、小減点の範囲で減点をとる。

級	満点	構成
1	10.00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. フリーフライ前方回転～1/2 ひねり～フリーフライ後方回転</li> <li>2. シュピンドル前方回転～両手を離して 1/1 ひねり～シュピンドル後方回転 《外向き縦姿勢、ベルトから前方の足を外す》</li> <li>3. フリーフライ後方回転・後方開脚（足：後方の開脚バー）～屈身～フリーフライ後方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー）</li> <li>4. フリーフライ前方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー）～両手を離して 1/2 ひねり～ぶらさがり後方回転（手：リンググリップ） 《ベルトから足を外し、内向き縦姿勢》</li> <li>5. 背面腰掛け・前方回転～ラートの中におりる （足：開脚バーもしくは開脚バーとバーグリップにおりる） 《両方のバーグリップに立つ、1/2 ひねり》</li> <li>6. 前後開脚ブリッジ後方回転 （手：両ステップの中間のリング、足：両方のバーグリップ） 《内向き縦姿勢》</li> <li>7. 伏臥前方回転～前回りおり（足：両ステップへおろす）</li> <li>8. 屈膝前方回転 （手：上方のバーグリップと開脚バーの中間、足：上方のバーグリップ）</li> <li>9. 後方とび出し</li> </ol>
2	9.20	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. フリーフライ側方回転</li> <li>2. フリーフライ前方回転～3/4 ひねり～シュピンドル後方回転 《外向き縦姿勢、ベルトから前方の足を外す》</li> <li>3. フリーフライ後方回転・後方開脚（足：後方の開脚バー）～フリーフライ後方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー）</li> <li>4. 片足 1/2 ひねり（手：前方のバーグリップをクロス握り）～1/2 ひねり～後方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー） 《ベルトから足を外し、外向き縦姿勢、開脚バーに立つ》</li> <li>5. シュピンドルブリッジ後方回転（手：バーグリップと開脚バー）～1/2 ひねり～シュピンドルブリッジ前方回転</li> <li>6. 倒立ブリッジ・前方回転 （手：リンググリップ、足：開脚バー横のリング～ステップ付近） 《内向き縦姿勢、手：リンググリップ》</li> <li>7. 屈膝前方回転（足：前方のバーグリップ～後方のバーグリップ） 《内向き縦姿勢、足：下方のバーグリップ、手：上方の開脚バー付近》</li> <li>8. 足抜き後ろ回り</li> <li>9. 前方とび出し（足：両方のステップ）</li> </ol>

3	7.50	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 側方回転・片手（手：回転方向のバークリップ）</li> <li>2. シュピンドル前方回転～1/1 ひねり～シュピンドル後方回転 《外向き縦姿勢》</li> <li>3. ブリッジ後方回転（手：バークリップ後方）～両手を離す～後方回転</li> <li>4. ブリッジ後方回転（手：リンググリップ） 《ベルトから前方の足を外し前方の開脚バーへ》</li> <li>5. フリーフライ前方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー）～ 1/2 ひねり（手：リンググリップ）～後方回転・前方開脚 《1/2 ひねり》</li> <li>6. ブリッジ前方回転・前方開脚（手：後方のバークリップ付近のリング、 足：前方の開脚バー）～ブリッジ前方回転・片足（足：ベルトをつけている 脚の膝の高さ）</li> <li>7. 後方回転・後方開脚・片手（手：バークリップをベルトを入れている足と反 対の手で順手、足：後方の開脚バー）～ 後方回転・前方開脚・片手（足：前方の開脚バー） 《ベルトから足を外し、1/2 ひねり、リンググリップを握る》</li> <li>8. 屈膝前方回転～開脚バーに下り立つ 《ステップに移行》</li> <li>9. 振りとび下り</li> </ol>
4	6.60	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 後方回転～側方回転～前方回転</li> <li>2. 前方回転～両手を離す～ブリッジ前方回転 （手：後方のバークリップ付近のリング） 《横姿勢、ベルトから回転方向の足を外す》</li> <li>3. 側方回転・開脚（足：開脚バー）～ 側方回転・クロス開脚（足：開脚バー）</li> <li>4. 側方回転（足：ベルト足に揃える） 《外向き縦姿勢》</li> <li>5. 後方回転・後方開脚（手：バークリップを順手、足：後方の開脚バー）～後 方回転・前方開脚（足：前方の開脚バー）</li> <li>6. ぶらさがり後方回転（手：リンググリップ） 《後方のバークリップを押しながら、外向き縦姿勢》</li> <li>7. シュピンドルブリッジ後方回転（手：ベルトを右足で付けている場合は、右 手で正面のグリップを逆手、左で背面のグリップを逆手） 《1/2 ひねりながら前方開脚》</li> <li>8. ブリッジ前方回転・前方開脚（手：後方のバークリップ付近のリング、 足：前方の開脚バー）～ブリッジ前方回転（足：ベルト足に揃える）</li> <li>9. 振りとび下り</li> </ol>
5	6.00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 側方回転 《内向き縦姿勢》</li> <li>2. 後方回転</li> <li>3. シュピンドル前方回転</li> <li>4. 側方回転（手：リンググリップ） 《外向き縦姿勢》</li> <li>5. シュピンドル後方回転</li> <li>6. ぶらさがり後方回転（手：リンググリップ）</li> <li>7. 前方回転（手：前方のバークリップ）</li> <li>8. ブリッジ前方回転（手：後方のバークリップ付近のリング）</li> <li>9. 振りとび下り</li> </ol>

### 4.3.2. 斜転の演技について

斜転は、以下の演技を規定演技として定める。各級の満点は、技術委員会において、各運動の難易度、運動数を協議し算出したものである。なお、《 》は移行を、( )は規定の足や手の位置を意味しており、記述通りに演技を行わなければならない。

級	満点	構成
1	10.00	1. 大斜転・フリーフライ側方回転 2. 大斜転・側方回転・後傾 3. 大斜転・側方回転 4. 大斜転・シュピンドル前方回転 《回転方向の足を外しベルト足に揃える》 5. 大斜転・シュピンドルブリッジ前方回転 《回転方向の足を開脚バーへ》 6. 大斜転・側方回転・開脚 《大斜転から小斜転へ》 7. 小斜転・開脚 《両足を外し揃えてリングに立つ》 8. 小斜転・閉脚 《立ち上げ》 9. 振りとび下り
2	7.50	1. 大斜転・側方回転 2. 大斜転・側方回転・後傾 3. 大斜転・側方回転 4. 大斜転・側方回転・片手交互リンググリップ（手：順手握り） 《回転方向の足を外し開脚バーへ》 5. 大斜転・側方回転・開脚 《大斜転から小斜転へ》 6. 小斜転・開脚 《回転方向の足をベルト足に揃える》 7. 小斜転・閉脚 《立ち上げ》 8. 振りとび下り
3	5.10	1. 大斜転・側方回転 2. 大斜転・側方回転・片手（手：回転方向のバークリップ） 3. 大斜転・シュピンドル前方回転 4. 大斜転・側方回転 《大斜転から小斜転へ》 5. 小斜転（両ベルト） 《立ち上げ》 6. 振りとび下り
4	3.70	1. 大斜転・側方回転 2. 大斜転・側方回転・片手（手：回転方向のバークリップ） 3. 大斜転・側方回転・リンググリップ（両手で順手握り） 4. 大斜転・側方回転～立ち上げ 5. 振りとび下り
5	2.30	1. 大斜転・側方回転 2. 大斜転・側方回転～立ち上げ 3. 振りとび下り

#### 4.3.3. 跳躍の演技について

跳躍における規定演技とその最高点を以下に定める。これらの点数は、「ラート競技採点規則2020」「ラート競技採点規則2012」を基に評価し、技術委員会において、各技の難易度を協議し算出したものである。

技	満点
前方かかえこみ宙返り跳び	10.00
開脚支持転回跳び	9.30
開脚屈身跳び	9.00
伸身跳び	8.50
閉脚かかえこみ跳び	8.00
開脚座り跳び	6.50



#### 4.4. 直転・斜転の採点方法

##### 4.4.1. 不成立の運動に対する減点

最終的に認められなかった（不成立の）運動1つにつき0.8の規定減点をとる。

演技の例	規定減点	実施審判による減点		減点合計
		大減点	実施減点	
規定の運動が成立しなかったが落下はしておらず、そのまま続けた場合	0.8	なし	0.0～0.5	0.8～1.3
規定の運動で落下して、次の運動から再開した場合	0.8	0.8	なし	1.6
規定の運動で落下したが、もう一度その運動から再開して成功した場合	なし	0.8	再開後の運動 0.0～0.5	0.8～1.3

##### 4.4.2. 運動の入れ替えに対する減点

規定の順番から運動を入れ替えた場合の減点は以下①～③とする。運動の入れ替えが複数回実施された場合は、成立となる運動が最も多くなるように考慮し、どの運動を成立とするかを決定する。

###### ① 連続する2運動を入れ替えた場合：

1運動目の成立は認めず、2運動目の成立のみ認める。この2運動に対し、“4.4.3 最初から構成に含めなかった運動に対する減点” “4.5.3 規定の構成から逸脱した運動に対する減点” はとらない。

###### ② 連続しない2運動を入れ替えた場合：

2運動とも運動の成立は認めない。ただし、この2運動に対し、“4.4.3 最初から構成に含めなかった運動に対する減点” “4.5.3 規定の構成から逸脱した運動に対する減点” はとらない。

###### ③ 3運動以上を入れ替えた場合：

規定の順番に沿って実施したと認められる運動については成立を認める。それ以外の運動については成立を認めない。ただし、“4.4.3 最初から構成に含めなかった運動に対する減点” “4.5.3 規定の構成から逸脱した運動に対する減点” はとらない。なお、3運動以上の入れ替えでも複数個所で①に該当する入れ替えが実施されたと認められる場合は、入れ替えそれぞれに対して①の減点を適用する。

以下に、斜転 2 級の 1～4 運動目を入れ替えた場合について、①～③の減点の例を示す。  
カッコ内の番号は本来の運動の順番を示す。

①連続する 2 運動を入れ替えた場合

運動の順番		規定減点			実施減点
		不成立	余剰回転	構成に含めず	
1	(1)大斜転・側方回転	なし	なし	なし	0.0～0.5
2	(3)大斜転・側方回転	0.8	なし	なし	0.0～0.5
3	(2)大斜転・側方回転・後傾	なし	なし	なし	0.0～0.5
4	(4)大斜転・側方回転・片手交互リンググリップ	なし	なし	なし	0.0～0.5

②連続しない 2 運動を入れ替えた場合

運動の順番		規定減点			実施減点
		不成立	余剰回転	構成に含めず	
1	(1)大斜転・側方回転	なし	なし	なし	0.0～0.5
2	(4)大斜転・側方回転・片手交互リンググリップ	0.8	なし	なし	0.0～0.5
3	(3)大斜転・側方回転	なし	なし	なし	0.0～0.5
4	(2)大斜転・側方回転・後傾	0.8	なし	なし	0.0～0.5

③3 運動以上を入れ替えた場合

運動の順番		規定減点			実施減点
		不成立	余剰回転	構成に含めず	
1	(1)大斜転・側方回転	なし	なし	なし	0.0～0.5
2	(3)大斜転・側方回転	なし	なし	なし	0.0～0.5
3	(4)大斜転・側方回転・片手交互リンググリップ	なし	なし	なし	0.0～0.5
4	(2)大斜転・側方回転・後傾	0.8	なし	なし	0.0～0.5

#### 4.4.3. 最初から構成に含めなかった運動に対する減点

最初から構成に含めなかった運動がある場合には、不成立の運動に対する規定減点 0.8 に加え、1 運動につき追加の規定減点 0.8 をとる。規定の運動を最初から構成に入れなかったのか不明瞭な場合（演技の中断の前後などの場合）、規定審判は実施審判と協議して減点を決定することができる。なお、大減点 3 回による演技終了によって実施できなかった運動は、最初から構成に含めなかった運動には該当しない。

演技の例	規定減点		実施審判による減点	減点の合計
	不成立の減点	追加の減点		
規定の運動を最初から構成に含めず演技を行った場合	0.8	0.8	なし	1.6

#### 4.4.4. 手を使ったベルトの締め直しに対する減点

手を使ったベルトの締め直しをした場合、規定審判による規定減点 0.3 と実施審判による姿勢減点 0.5 をとる。演技が完全に中断する訳ではないため大減点としては扱わないが、ベルトを締め直さずに演技を実施するという技術取りの重要性を考慮し、計 0.8 という大減点相当の減点をとる。ただし、大減点ではないため、締め直し後にユニットを区切ることはせず、直後に行われる運動と同一ユニットとして扱う。よって、ベルトの締め直し後に大減点をした場合、姿勢減点 0.5 はとらず、大減点 0.8 とベルトの締め直しに対する規定減点 0.3 の計 1.1 の減点をとる。また、1 ユニットの中でベルトの締め直しに対する減点をとるのは 1 度のみとする。

演技の例	規定減点	実施審判による減点		減点の合計
		実施減点	大減点	
手を使ってベルトの締め直しを行い、その後の運動が成功した場合	0.3	0.5	なし	0.8
手を使ってベルトの締め直しを行い、その後の運動で落下した場合	0.3	なし	0.8	1.1

#### 4.4.5. 直転におけるバーン数超過に対する減点

規定のバーン数（4 バーン）を超過して運動を実施した場合、5 バーン目以降の運動 1 つにつき規定減点 0.5 と実施減点をとる。

演技の例	規定減点	実施審判による減点	減点の合計
規定のバーン数（4 バーン）を超過して運動を実施した場合	0.5	0.0～0.5	0.5～1.0

#### 4.4.6. 演技の長さに対する減点

「ラート競技採点規則 2020」において、演技の長さに対する減点は実施審判が行うものとして定められているが、本規則では演技の長さに対する減点に相当する減点が規定審判によって行われるため、実施審判は固定減点を行わず、実施減点のみを行うものとする。

演技の長さに対する減点項目	規定審判による減点	実施審判による減点	
		固定減点	実施減点
運動数不足 着地技の欠如 直転でのバーン数不足	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 不成立の運動に対する減点 0.8</li><li>・ 最初から構成に含めなかった運動に対する減点 0.8</li></ul>	なし	—
直転でのバーン数超過	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 直転におけるバーン数超過に対する減点 0.5</li></ul>	なし	0.0～0.5
斜転での運動数超過	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 規定の構成から逸脱した運動に対する減点 0.2 または 0.5</li></ul>	なし	0.0～0.5

#### 4.4.7. 演技の中止

「ラート競技採点規則 2020」の「3.7.3 演技の中止」にあたる場合のみ主審は演技を中止させる。規定と異なる運動を 3 回以上行った場合や、手を使ったベルトの締め直しを 3 回以上行った場合に主審が演技を中止させることはしない。

## 4.5. 斜転の採点方法

### 4.5.1. ユニットの区切り

実施審判は「ラート競技採点規則 2020」に則って採点を行うが、全日本学生ラート競技選手権大会の規定演技においては、『姿勢変化を行って新しい運動に入ったとき、そこでユニットを区切る。』というルールを追加する。

例) 4 級

大斜転・側方回転	3 回転
大斜転・側方回転片手	2 回転
大斜転・側方回転リンググリップ握り	2 回転
大斜転・側方回転 振りとび下り	2 回転

と演技したときには、運動の区切りがずれてしまうが、それを回避するためである。したがって、大斜転においては以下のいずれかに当てはまる場合にユニットを区切る。

<大斜転のユニットの区切り>

- ・ 姿勢変化を行って新しい運動に入った場合
- ・ 同じ姿勢のまま 2 回転をした場合
- ・ 2 回転に満たずに回転面の切り返しを行った場合
- ・ 申請をして予備回転の 1 回転を行った場合
- ・ 大減点／中断があった場合
- ・ 大斜転から小斜転への移行の動作に入ったとき
- ・ 大斜転からのラートの立ち上げの動作に入ったとき

### 4.5.2. 余剰回転の定義

全日本学生ラート競技選手権大会の規定演技においては、以下のものを余剰回転と定め、独自の採点方法をとる。また、大斜転の余剰回転は「4.5.1 ユニットの区切り」に従い、1 回転または 2 回転でユニットを区切る。

<余剰回転>

- ・ 演技開始時、1 つ目の運動に直接入れなかったために生じた 1 回転以上の大斜転
- ・ 次の運動に直接つなげることができなかったために生じた 1 回転以上の大斜転または小斜転
- ・ 演技中断後、演技再開時に次の運動に直接入れなかったために生じた 1 回転以上の大斜転（主審に予備回転の申請をしていない場合）
- ・ 予備回転 1 回転の後、次の運動に直接入れなかったために生じた 1 回転以上の大斜転（主審に予備回転の申請をした場合）
- ・ 規定と異なる運動での 1 回転以上の大斜転または小斜転
- ・ 5 秒を超える小斜転の運動
- ・ 大斜転から小斜転への移行、立ち上げ時の 4 回以上のラート回転
- ・ 小斜転から大斜転へ移行時の 6 回以上のラート回転

#### 4.5.3. 規定の構成から逸脱した運動に対する減点

斜転において、規定の構成から逸脱した運動を以下の4つに分類し、それぞれに対する採点方法を定める。以下の(i)、(ii)においては、規定通りの運動から次の運動に入るという動作に級の技術取りがあるという考えに基づき、減点に差をつける。

- (i) 規定に含まれる運動での余剰回転
- (ii) 規定と異なる運動での余剰回転
- (iii) 規定の構成に含まれていない移行
- (iv) 移行での余剰回転

##### (i) 規定に含まれる運動での余剰回転

運動の成立不成立に関わらず、規定の運動を実施して規定の回転数または秒数を超過した場合、その超過分を“規定に含まれる運動での余剰回転”とする。

例 1	5級の演技で側方回転を5回転した時の、5回転目の側方回転。
例 2	1級の演技でフリーライ側方回転2回から側方回転・後傾に直接入ることができず、フリーライ側方回転3回転を行ってから側方回転・後傾に移行した時の、3回転目のフリーライ側方回転。
例 3	3級の演技で5秒を超える小斜転（両ベルト）

##### (a) 大斜転に対する減点

余剰回転1回転につき、規定審判が規定減点0.2をとり、余剰回転1ユニットにつき、実施審判が実施減点をとる。以下に例を示す。

余剰回転の数	規定減点	実施減点	減点の合計
1回転	余剰回転1回転 $0.2 \times 1 = 0.2$	0.0~0.5	0.2~0.7
2回転	余剰回転2回転 $0.2 \times 2 = 0.4$	1ユニットの場合 0.0~0.5	0.4~0.9
		2ユニットの場合 $0.0 \sim 0.5 \times 2$	0.4~1.4
3回転	余剰回転3回転 $0.2 \times 3 = 0.6$	2ユニットの場合 $0.0 \sim 0.5 \times 2$	0.6~1.6
		3ユニットの場合 $0.0 \sim 0.5 \times 3$	0.6~2.1

##### (b) 小斜転に対する減点

小斜転が5秒を超えた場合、超過分に対して5秒ごとに規定減点0.2をとる。ただし、余剰回転に対する実施減点はとらない。以下に例を示す。

小斜転の秒数	規定減点	実施減点
3秒~5秒	なし	0.0~0.5
6秒~10秒	$0.2 \times 1 = 0.2$	なし
11秒~15秒	$0.2 \times 2 = 0.4$	なし

**(ii) 規定と異なる運動での余剰回転**

規定と異なる運動を実施した場合、“規定と異なる運動での余剰回転”とする。ただし、規定の運動を実施しようとして不成立となった運動は“規定と異なる運動での余剰回転”には含めない。

例 1	5 級の演技で側方回転 4 回転を行った後に片手側方回転 2 回転を行った時の片手側方回転 2 回転
例 2	1 級の演技開始時、フリーフライ側方回転に入るために挿入した 1 回転以上の側方回転
例 3	1 級の演技でフリーフライ側方回転から側方回転・後傾に直接入ることができず、フリーフライ側方回転と側方回転・後傾の間に挿入した 1 回転以上の側方回転・前傾
例 4	5 級または 4 級の演技中に実施した小斜転

**(a) 大斜転に対する減点**

余剰回転1回転につき、規定審判が規定減点0.5をとり、余剰回転1ユニットにつき、実施審判が実施減点をとる。以下に例を示す。

余剰回転の数	規定減点	実施減点	減点の合計
1 回転	余剰回転 1 回転 $0.5 \times 1 = 0.5$	0.0~0.5	0.5~1.0
2 回転	余剰回転 2 回転 $0.5 \times 2 = 1.0$	1 ユニットの場 合 0.0~0.5	1.0~1.5
		2 ユニットの場 合 0.0~0.5×2	1.0~2.0
3 回転	余剰回転 3 回転 $0.5 \times 3 = 1.5$	2 ユニットの場 合 0.0~0.5×2	1.5~2.5
		3 ユニットの場 合 0.0~0.5×3	1.5~3.0

**(b) 小斜転に対する減点**

小斜転での余剰回転5秒ごとに規定減点0.5をとる。ただし、余剰回転に対する実施減点はとらない。以下に例を示す。

小斜転の秒数	規定減点	実施減点
3~5 秒	$0.5 \times 1 = 0.5$	なし
6 秒~10 秒	$0.5 \times 2 = 1.0$	なし
11 秒~15 秒	$0.5 \times 3 = 1.5$	なし

### (iii) 規定の構成に含まれていない移行

規定の構成に含まれていない移行を実施した場合、その移行を“規定の構成に含まれていない移行”とする。該当するのは以下の4つである。

1. 規定の構成では大斜転の運動から別の大斜転の運動に移るべきところで大斜転から小斜転に入ってしまった場合の、大斜転から小斜転への移行
2. 1の移行の後に再び大斜転に戻るための、小斜転から大斜転への移行
3. 規定の構成では小斜転の運動から別の小斜転の運動に入るべきところで大斜転に移行した場合の、小斜転から大斜転への移行
4. 3の移行の後に再び小斜転に戻るための、大斜転から小斜転への移行

これらの移行においてはその前後の運動いずれかで、“規定と異なる運動での余剰回転”に対する規定減点0.5がとられるため、この移行に対しては規定減点、実施減点ともにとらない。ただし、移行として認められている回転数（大斜転から小斜転への移行では3回転、小斜転から大斜転への移行では5回転）を超過した場合は（iv）移行での余剰回転として規定減点をとる。

### (iv) 移行での余剰回転

以下3つの移行において、移行として認められている回転数を超過した場合、その超過分を“移行での余剰回転”とする。

- ・大斜転から小斜転への移行
- ・小斜転からの立ち上げ
- ・小斜転から大斜転への移行

規定通りの運動を実施しているか、規定の構成から逸脱しているかに関わらず、“移行での余剰回転”に対しては、回転数によらず固定で規定減点0.2をとる。実施減点はとらない。

移行の例	規定減点	実施減点	減点の合計
(規定の構成に含まれる移行を実施した場合) ・大斜転から小斜転への移行：3回転以内 ・小斜転からの立ち上げ：3回転以内	なし	0.0～0.5	0.0～0.5
(規定の構成に含まれない移行を実施した場合) ・大斜転から小斜転への移行：3回転以内 ・小斜転からの立ち上げ：3回転以内 ・小斜転から大斜転への移行：5回転以内	なし	なし	なし
(規定の構成に含まれる移行を実施した場合、含まれない移行を実施した場合の双方) ・大斜転から小斜転への移行：4回転目以降 ・小斜転からの立ち上げ：4回転目以降 ・小斜転から大斜転への移行：6回転目以降	0.2	なし	0.2



上記の(i)~(iv)の分類に基づく、規定の構成から逸脱した運動に対する減点の例を以下に示す。以下の演技例は3級を基にしており、3級の規定演技から逸脱した運動・移行を**太字**で示している。

No.	演技順	分類	規定減点	実施減点
1	大斜転・側方回転 2回転	—	—	0.0~0.5
2	<b>大斜転・側方回転 2回転</b>	(i)規定に含まれる運動での余剰回転	0.2 × 2	0.0~0.5
3	《大斜転から小斜転への移行ユニット (3回転目まで)》	(iii)規定の構成に含まれていない移行	なし	なし
4	《大斜転から小斜転への移行ユニット (4回転目以降)》	(iv)移行での余剰回転	0.2 (回転数によらず固定)	なし
5	小斜転 (両ベルト) 5秒まで	(ii)規定と異なる運動での余剰回転	0.5	なし
6	小斜転 (両ベルト) 6秒以降	(ii)規定と異なる運動での余剰回転	0.5 (5秒ごと)	なし
7	《小斜転から大斜転への移行ユニット (5回転まで)》	<u>(iii)規定の構成に含まれていない移行</u>	なし	なし
8	《小斜転から大斜転への移行ユニット (6回転目以降)》	(iv)移行での余剰回転	0.2 (回転数によらず固定)	なし
9	大斜転・側方回転・片手 2回転	—	—	0.0~0.5
10	<b>大斜転・側方回転 1回転</b>	(ii)規定と異なる運動での余剰回転	0.5 × 1	0.0~0.5
11	大斜転・シュピンドル前方回転 2回転	—	—	0.0~0.5
12	大斜転・側方回転 2回転	—	—	0.0~0.5
13	《大斜転から小斜転への移行ユニット (3回転まで)》	—	—	0.0~0.5
14	《大斜転から小斜転への移行ユニット (4回目以降)》	(iv)移行での余剰回転	0.2 (回転数によらず固定)	なし
15	小斜転 (両ベルト) 5秒まで	—	—	0.0~0.5
16	小斜転 (両ベルト) 6秒以降	(i)規定に含まれる運動での余剰回転	0.2 (5秒ごとに)	なし
17	立ち上げ (3回転目まで)	—	—	0.0~0.5
18	<b>立ち上げ (4回転目以降)</b>	(iv)移行での余剰回転	0.2 (回転数によらず固定)	なし
19	振りとび下り	—	—	0.0~0.5

## 5. 自由演技の部

### 5.1. 難度点・最高点について

直転・斜転・跳躍の3種目とも難度点の上限は4.0とし、最高点は10.00とする。

跳躍において、4.0を超える難度点を有する技を実施した場合も難度点は4.0点とする。  
跳躍における演技は、以下の得点で構成される。

難 度 : 4.00 点
実 施 : 6.00 点
最高点 : 10.00 点

直転・斜転においては、「ラート競技採点規則 2020」における「4.1 得点構成」「4.2.1 1運動と難度」「4.2.2 難度点の構成」「4.2.3 難度の振り替え」の項目について、以下のように変更する。ここで、「ラート競技採点規則 2020」から変更の無いものについては下記において記載を省略する。また、「ラート競技採点規則 2020」と記載が異なる点(変更点)については、網掛けで示す。

#### 4.1 得点構成

直転・斜転における演技は、以下の得点で構成される。

難 度 : 4.00 点
構 成 : 1.00 点
実 施 : 5.00 点
最高点 : 10.00 点

#### 4.2.1 1運動と難度

各難度の価値点は、1D 難度につき 0.6 点、1C 難度につき 0.6 点、1B 難度につき 0.4 点、1A 難度につき 0.2 点である。

#### 4.2.2 難度点の構成

直転の難度採点には、最大 8 つの難度を含める。

直転演技で、難度の最高点(4.0 点)を得るために、少なくとも以下の難度が必要である。

難 度	価 値 点	数	得 点
C または D	0.6 点	3	1.8 点
B	0.4 点	5	2.0 点
		小計点	3.8 点
B, C または D の着地技に対する加点	0.2 点	ボーナス点	0.2 点
		合計点	4.0 点

◇ B, C または D 難度の着地技を行わなかった場合、演技に対する難度最高点は 3.8 点である。

◇ 演技に十分な D, C または B 難度がない場合にのみ、A 難度がカウントされる。

満点演技の例：

(3C 難度 : 1.8 点)

+ (5B 難度[着地技を含む] : 2.0 点)

+ 運動数を満たすために行う追加の運動 (難度には不要)

+ (B、C または D 難度の着地技に対するボーナス : 0.2 点)

= 4.0 点 (難度に対する最高点)

斜転における難度採点には、最大 8 つの運動と着地技の難度を含める。

難度に対して最高点(4.0 点)を得るためには、斜転演技で以下の難度が必要である。

難度	価値点	数	得点
C または D	0.6 点	3	1.8 点
B	0.4 点	5	2.0 点
着地技 A	0.2 点	1	0.2 点
合計点			4.0 点

◇ 演技に十分な D、C または B 難度がない場合にのみ、A 難度がカウントされる。

#### 4.2.3 難度の振り替え

高難度の運動が必要数より多く行われた場合、これらは不足している難度への格下げが行われる。逆に高難度の運動が足りない場合、その不足分は難度の低いもので振り替えることができる。その原則は以下の通りとする。

◇ 高い難度の余剰分は、低い難度へ振り替えが行われる (余剰に演技された C または D 難度は、B 難度が不足している場合は B 難度として採点される)。

◇ 低い難度の余剰分は、高い難度の不足分として振り替えが行われる。

◇ 難度の振り替えによって、難度点は異なってくる。

◇ 自由演技において B・C・D 難度がない場合、直転では最高で 8A 難度、斜転では最高で 9A 難度が難度点として算出される。

以上

全日本学生ラート競技選手権大会 競技規則 2023

令和5年6月11日

作 成：全日本学生ラート競技選手権大会 技術委員会

問い合わせ先：[rhoenrad.intercollege.tc@gmail.com](mailto:rhoenrad.intercollege.tc@gmail.com)

構 成 員：宇澤健人（技術委員長）

安部夏月、船木結人、山口航平、三島可媛、高柳遥菜、町田有羽理  
堀江里穂、赤坂俊璃、高石佳月、津吹優里、黒澤瑤季、嗟峨彩水、  
中本千香、安高啓貴、森本修多、渡辺理沙、永井咲季