



CHEERDANCE [Tiny] 減点項目シート

No	Division	TEAM
----	----------	------

	項目	内容	個数
演技規定	手具	手具はボンボンのみ、演技の80%は全員がボンボンを使用していること。 ボンボンキャッチなど、他人のものを複数で使用していないこと	
	タンブリング	ボンボンを持った状態で手に全体重をかけないこと。 走り込みや勢いをつけないこと。	
		腰が頭を越える体勢での回転を含むタンブリングをしないこと。(有効技を除く) <有効技> 前転、後転、ショルダーロール、片手側転、片手前方回転	
	リフト	床から両足が離れるリフトをしないこと。 足が床に付いた状態で寄りかかり、人に体重を預けることをしないこと。	
競技規定・安全規定	着地	足で大半の体重を支えていること。	
	人数	5名以上であること(病欠等の欠席は対象とならない)。	
	シューズ・アクセサリ	足裏を覆っているシューズであるか、装飾はユニフォームの一部であること。	
	タイムオーバー	演技時間30秒～1分45秒以内に収まっていること。	
		分 秒	
	接触	顔の対面や接触、密接を伴う動きをしないこと。 (ラインダンスも不可)	
発声、コール	演技前後、演技中のカウント、コールなどの発生をしないこと		

TOTAL	_____箇所 × 2点	審査得点の平均点より下記が減点となります
		点

JUDGE _____ /



CHEERDANCE【MINI/YOUTH】減点項目シート

No		Division		TEAM	
----	--	----------	--	------	--

	項目	内容	個数
演技規定	手具	手具はポンポンのみ、演技の80%は全員がポンポンを使用していること。 ポンポンキャッチなど、他人のものを複数で使用していないこと	
	タンブリング	ポンポンを持った状態で手に全体重をかけないこと。 走り込みや勢いをつけないこと。	
		腰が頭を越える体勢での回転を含むタンブリングをしないこと。(有効技を除く) <有効技> 前転、後転、ショルダーロール、片手側転、片手前方回転	
	リフト	床から両足が離れるリフトをしないこと。 足が床に付いた状態で寄りかかり、人に体重を預けることをしないこと。	
競技規定・安全規定	着地	足で大半の体重を支えていること。	
	人数	5名以上であること(病欠等の欠席は対象とならない)。	
	シューズ・アクセサリ	足裏を覆っているシューズであるか、装飾はユニフォームの一部であること。	
	タイムオーバー	演技時間1'30~2'00間以内に収まっていること。(フェスティバルは2'30秒以内)	
		分 秒	
	接触	顔の対面や接触、密接を伴う動きをしないこと。 (ラインダンスも不可)	
発声、コール	演技前後、演技中のカウント、コールなどの発生をしないこと		

TOTAL		審査得点の平均点より下記が減点となります
	_____箇所 × 2点	点

JUDGE _____ /



CHEERDANCE 【JUNIOR/SENIOR】 減点項目シート

No		Division		TEAM	
----	--	----------	--	------	--

	項目	内容	個数
演技規定	手具	手具はポンポンのみ、演技の80%は全員がポンポンを使用していること。 ポンポンキャッチなど、他人のものを複数で使用していないこと	
	タンブリング	ポンポンを持った状態で手に全体重をかけないこと。	
		【JUNIOR/SENIOR】 ポンポンが手や床面または人との間にない状態で、腰が頭を越える体勢での回転は可能であるが、身体の一部の支持が無く空中に浮く状態では有効技のみに限ること。 <有効技> 側方宙返り、前方転回宙返り	
リフト	リフトは全て不可		
競技規定・安全規定	着地	足で大半の体重を支えていること。	
	人数	5名以上であること（病欠等の欠席は対象とならない）。	
	シューズ・アクセサリ	足裏を覆っているシューズであるか、装飾はユニフォームの一部であること。	
	タイムオーバー	演技時間1分45秒～2分30秒間に収まっていること。	
		分 秒	
	接触	顔の対面や接触、密接を伴う動きをしないこと。 (ラインダンスも不可)	
発声、コール	演技前後、演技中のカウント、コールなどの発生をしないこと		

TOTAL	_____箇所 × 2点	審査得点の平均点より下記が減点となります
		_____点

JUDGE _____ /