

ELEMENT QUEST FOUR 開催要項

チアダンス部門(2026)

★ELEMENT QUEST とは

チアリーディングおよびチアダンス競技における技術的な要素（ELEMENT）を「正しさ」「シンクロ」「安全性」をテーマに探求（QUEST）していくという新しいタイプのイベントです。それぞれの ELEMENT を4つのセクションに細分化して競い合う対戦型のスポーツです。

★ELEMENT QUEST の目的

競技を行う上で重要な「正しい基礎スキル」の知識は、安全な実施（SAFTY FIRST）の具現化とスキルアップの原動であると考えます。演技に含まれる ELEMENT を QUEST して理解を深めることは、チームが求める理想のパフォーマンスへの近道となります。

コーチの目的

選手のスキルをより深く理解し、且つチームの意思を最大限に尊重できるコーチングマインドと戦略を発揮する機会となります。

選手の目的

対戦型であるからこそ、実施に対して結果がどのように連動するのかを分析でき、正しさの判断を養うことができます。

レベル選択が可能なので、初心者への参加や基礎を徹底的に練習したいメンバーの挑戦は元より、経験を積んだ選手のためや、あと1歩前進するためのステップアップの機会にもなります。そして、トーナメント戦方式により情熱を燃やす熱い戦いが期待されるため、より実感的な成長効果が目指せます。

★ELEMENT QUEST の有効性

- ・ 「基礎スキル」（正しさ・均一性）の重要性を徹底的に学べる
- ・ 短いセクション毎に結果の出る対戦だから、正しさの認識をチームで揃えることができる
- ・ レベル選択ができるから誰でも参加できる

★ELEMENT QUEST ジェネラルインフォメーション

1) 各試合は、4つのクォータータイム（以下、1QT、2QT、3QT、4QT）で構成されます。各 QT で用意された ELEMENT を参照し、該当レベルの試合を選択します。

<下記、QT ごとの ELEMENT を参照>

		1QT	2QT	3QT	4QT
チアリーディング ELEMENT	➡	スタッツ	トス ピラミッド	ジャンプ タンブリング	ルーティン
チアダンス ELEMENT	➡	アームモーション キック	ジャンプ	ターン	ルーティン

2) トーナメント式の勝ち抜き戦です。勝敗は獲得点数で決定します。1試合の中で行われる1QT～4QTの勝敗数ではありません。1チームの試合数はミニмум2回戦です。

◎規約

夏チア大会規約に従う。（同年に発行された大会規約を参照ください）

◎登録（コート入場権利）

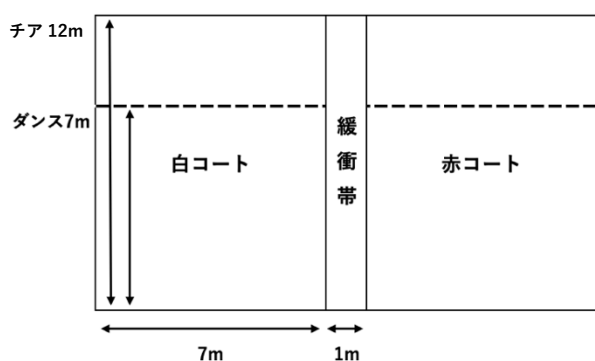
ヘッドコーチ 1 名、アシスタントコーチは最大 3 名までを登録可能とし、コート内に入れる権利を持つ。選手の登録は 6 名以上の選手で構成される。

（1 回のフロア入場数はステージごとに指定される場合がある）

◎エリア：

コートを正面に見て右側が、赤コート、左側が白コート。説明会時の抽選にて決定。

チアダンスコートは、横 15m×縦 7m、中央の 1m の緩衝帯を挟み、横 7m×縦 7m を競技エリアとする。



◎プレゲーム：

試合開始 1 分前から競技エリアに入場、整列（チームが紹介される）→挨拶を行う。

◎トーナメントフォーマット：

4 つの QT の内、1QT、2QT、3QT は、指定された ELEMENT の演技を実施し、4QT では 1QT～3QT で実施した ELEMENT を組み合わせた「チームルーティン」として行う。試合は全て 2 チーム同時に実施され、ステージごとに勝敗が決まる。

<実施例：チアダンス レベル 1 >

セクション	タイム	レベル	ELEMENT
開始	1min		整列・挨拶
1QT	1min	1	アームモーション
	1min		1QT 勝敗決定
2QT	1min	1	ジャンプ
	1min		2QT 勝敗決定
3QT	1min	1	ターン
	1min		3QT 勝敗決定
4QT	1min	1	ルーティン
	1min		4QT 勝敗決定
	1min		試合結果発表
合計			10min

◎進行

1 試合@10 分間

◎採点

ポイント制、減点方式。

1QT～3QT の満点は各 10 ポイント、4QT は 20 ポイント。50 ポイントを満点とする。

◎減点

①-1 から-4

フォーメーション不正確、カウントオフ、フォーメーションオフ

②-2 から-6

均一性の欠落、テクニックの不正確なボディラインポジション、実施不可は、①および②の両方から取られる。

◎セクション毎の演技（各ルーティンから1つが指定される）

2026年の開催は、下記のテクニックにて実施いたします。

※ひとつのセクションに7名以上が出場する場合は、6名のフォーメーションを基準に人数を追加します。

◎QT ごとの ELEMENT

1QT：アームモーション&キック 6~8名

□レベル1

1カウントを使ったアームモーション（ハンズオンヒップ、クラップ、ハイV、ローV、Lモーション左右、ダイアグナル、Kモーション）、サイドキック、Y字ホールド

□レベル2

1カウントを使ったアームモーション（ルーティン内に10個以上の組み合わせ）、パッセ（パラレル、アウトいずれでも可）、ラインダンス（リンクスは組まなくても良い、キックはストレートで連続4回まで）

□レベル3

1カウント及び半カウントのアームモーション（ルーティン内に10個以上の組み合わせ）、パッセを含むラインダンス（リンクスは組まなくても良い）、スリーポイントキック、ヘッドスナップ

2QT：ジャンプ 6人~8人

□レベル1

スタージャンプ（全員で2回を含む）、ジュッテ（全員で2回を含む）、シャッセ

□レベル2

トータッチジャンプ、シャッセ、フライアウェイ、ジャンプコンビネーション1つ（トータッチ+矢印ジャンプ ※ジャンプ間の踏切は1カウント）

□レベル3

ダブルトータッチ、シャッセ+シェネリーブ、ジャンプコンビネーション1つ（トータッチ+シャッセ+スイッチ）

3QT：ターン 6人～8人

□レベル1

ピルエット（パッセはパラレル）、**シングルピルエット** 2回（手のポジションは(1)ハーフ T、(2)ダガー）、**シェネ**

□レベル2

ダブルピルエット 2回（ピルエットのパッセはパラレル。手のポジションは、(1) ハーフティアー(2)ハンズオンヒップ）、**ダブルリープ**、**ターンコンビネーション**（ダブルピルエット+シェネ、ピケ）

□レベル3

トリプルピルエット 2回（ピルエットのパッセはパラレル。手のポジションは、ハーフ T+上でクロス）、**4方向ピケ**

4QT：ルーティン 6人～8人

各レベル各セクションで行ったルーティンをつなげて行う

□レベル1

スタージャンプ、**シェネ**、**Y字ホールド**、**シングルターン**（手のポジションは、(1) ハーフティアー(2)ダガー）、**ジュッテ**、**サイドキック**

□レベル2

ダブルターン（手のポジションは、(1) ハーフティアー(2)ダガー）、**トータッチジャンプ**、**フライアウェイ**、**ラインダンス**（リンクスは組まなくても良い）、**ダブルリープ**、**矢印ジャンプ**、**ターンコンビネーション**（ダブルピルエット+シェネ、ピケ）

□レベル3

トリプルターン、**ダブルトータッチジャンプ**、**ラインダンス**（リンクスは組まなくても良い）、**シェネトータッチ**、**シェネリープ**、**四方向ピケ**、**シェネ**

本トーナメントの目的を活動の柱とし、チアリーディングおよびチアダンスそれぞれの要素を用いたチアの普及、教育活動として **ELEMENT QUEST** を『夏チア 2026』のワークショップの位置付けで 2026年5月31日に開催いたします。