

ハナマル判断基準(2023年度)

◎東西大会ABクラス、決勝大会ABクラス

※下記項目がハナマル決定の主な判断例の目安とする。

※但し、演技に対する加点はなし。

種目	項目
跳馬	<ul style="list-style-type: none"> ◆スピードのある跳躍 ◆雄大性のある跳躍 ◆減点のない着地
段違い平行棒	<ul style="list-style-type: none"> ◆倒立姿勢が美しい ◆ひねりの完了角度が正確で美しい ◆スイング(前振り、後ろ振り)の大きい実施がみられる
平均台	<ul style="list-style-type: none"> ◆180度以上の開脚姿勢が見られる ◆技と動きの流動性がみられる ◆リズムとテンポの変化がある動きがされている
ゆか	<ul style="list-style-type: none"> ◆アクロバット系要素に十分な高さで美しい空中姿勢がみられる ◆身体を最大限に使った動きがみられる ◆音楽と一致した表現力がある

※Bクラス 跳馬・第2空中局面で1回以上のひねりを伴う前方宙返りまたは後方宙返りは無効

◎東西大会Cクラス、決勝大会Cクラス

※下記項目がハナマル決定の主な判断例の目安とする。

※但し、演技に対する加点はなし。

種目	項目
跳馬	<ul style="list-style-type: none"> ◆助走を含む、スピードのある跳躍 ◆正確な踏み切り姿勢 ◆高さのある跳躍 ◆高い姿勢の安定した着地
段違い平行棒	<ul style="list-style-type: none"> ◆美しい体線での演技 ◆姿勢欠点のない振り上げ倒立 ◆全体を通して振幅の大きな演技 ◆終末技の着地姿勢が高く安定している
平均台	<ul style="list-style-type: none"> ◆演技に相応した質の高い柔軟性 ◆全体を通して、リズムやテンポの良い演技 ◆ふらつきのない安定した演技 ◆終末技の着地姿勢が高く安定している
ゆか	<ul style="list-style-type: none"> ◆アクロバット系シリーズの高さ・スピードのある演技 ◆演技に相応した質の高い柔軟性 ◆全体を通して印象の良い演技 ◆着地姿勢が高く安定している