

規 定 演 技

小 学 生 低 学 年

	種 目
1	1／2捻り腰落ち
2	スイブル・ヒップス
3	1／2捻り立つ
4	開脚跳び
5	腹落ち
6	立つ
7	ハーフ・ピルエット
8	腰落ち
9	立つ
10	ピルエット

小 学 生 高 学 年

	種 目
1	背落ち
2	バック・オーバー
3	開脚跳び
4	1／1捻り腰落ち
5	立つ
6	1／2捻り腹落ち
7	ターン・テーブル
8	立つ
9	よつんばい落ち
10	前方3／4宙返り(抱え型)

中 学 生 以 上

	種 目
1	後方宙返り(抱え型)
2	開脚跳び
3	1／1捻り腰落ち
4	スイブル・ヒップス
5	1／2捻り立つ
6	1／2捻り腹落ち
7	立つ
8	ピルエット
9	閉脚跳び
10	前方宙返り(抱え型)