



UNIFYING THE WORLD OF JUMP ROPE

World Jump Rope Japan Selection
2019 Competition Rule Book

※このルールは World Jump Rope Japan Selection 2019 用のルールとなります。(WJRF2018 年の競技ルールを使用します。) 2019 年 7 月にノルウェーで開催される World Jump Rope Championship & Camp 2019 のルール (WJRF2019 年 NEW 競技ルール) とは若干異なる可能性がありますのでご注意ください。

目次

内容	ページ
大会の理念	2
各部門のルール	3
・種目別部門	3
① 種目別部門の各競技種目出場に関するルール	3
② 性別でのチーム編成について	3
③ 種目別部門の競技種目説明	3
④ 競技用のロープについて	3
・総合部門	4
① 総合部門の出場に関するルール	4
② 性別でのチーム編成について	4
③ 総合順位点について	4
④ 競技用のロープについて	4
競技に関する全体のルール	5
・道具	5
・ユニフォーム	5
・全体のルール及び規制	5
・スピード種目のルール	5
・スピード種目の評価及び審査方法	6
・フリースタイル種目のルール	6
・フリースタイル演技の評価及び審査方法	6

大会理念

本大会はより多くの選手が参加しやすいように、American Double Dutch League(以下:ADDL)やNational Double Dutch League(以下:NDDL)やFédération internationale de saut à la corde - International Rope Skipping Federation(以下:FISAC-IRSF)や Amateur Athletic Union(以下:AAU)やUSA Jump Rope(以下:USAJR)などの主なるなわとび組織の種目と同様なものを取り入れました。

各部門のルール

【部門の種類】

チームは次の部門に参加する事ができる。

◆種目別部門◆

【種目別部門の各競技種目出場に関するルール】

- チームが参加する競技種目は自由。一種目に参加しても、複数の種目に参加しても良い。必須種目も無く、参加すべき種目の数も決まっていない。各競技種目には一度しか参加できないことのみが決まりである。
- 表彰は各年齢カテゴリーの各競技種目上位入賞チームに与えられる。
- このルールブックに書かれている競技種目及び部門の説明を参考にしてください。（P4～P5 参照）
- 各競技種目の年齢カテゴリーは、選手が**2019年9月1日の年齢**で決まる。
- 各競技種目のチームの年齢カテゴリーは、一番年上の選手で決まる。
- 「30才以上」の種目別部門に参加するチームは、選手全員が30才以上であること。

【性別でのチーム編成について】

※基本的に自由であるが、男女混合のチームのみ、各競技種目に男女が入るよう編成をおこなう事。

【種目別部門の競技種目説明】

年齢カテゴリー	・～小4	・～小6	・～中2	・～高2	・オープン（高3以上）	・30才以上
競技種目	①3x40 スピードリレー 3人チーム、3人がそれぞれ40秒間ずつ跳び、ジャンパーとターナーが交代する。合計2分					
	②2x60 ペアスピード 4人チーム、2人が60秒間跳ぶ。ジャンパーとターナーは固定。合計2分					
	③シングルスフリースタイル 3人チームがDDのパフォーマンスを音楽に合わせて披露し、技の難易度などを競技する。45-75秒					
	④ペアフリースタイル 4人チームで主に2人がロープの中で技を行いDDのパフォーマンスを披露し、難易度などを競技する。45～75秒					

※現在小学4年生で、来年9月1日までに11歳になるメンバーがいる場合、～小6までのカテゴリーとなる

※現在小学6年生で、来年9月1日までに13歳になるメンバーがいる場合、～中2までのカテゴリーとなる

※現在中学2年生で、来年9月1日までに15歳になるメンバーがいる場合、～高2までのカテゴリーとなる

※現在高校2年生で、来年9月1日までに18歳になるメンバーがいる場合、オープンのカテゴリーとなる

◆総合部門◆

【総合部門の出場に関するルール】

- 総合部門に出場するチームは、種目別部門の全競技種目に同じ年齢カテゴリー（シニア or ジュニア）で参加すれば、各競技種目の「総合順位点」で競う総合部門にエントリーする事ができる。
- 各競技種目の順位がそのまま点数となり、総合順位点の最も低いチームが優勝となる。
- 総合部門の年齢カテゴリーは [ジュニア：選手全員が中2以下] と [シニア：年齢制限がない] の2種類である。
- 総合部門のチーム編成は **4~6人チーム**のみである。
- 2019年の1月に開催されるWJRの日本代表選考は、総合部門に参加したチームでメンバー全員がJDDA会員でなければならない。
- 各競技種目の表彰は種目別部門の年齢カテゴリーで表彰する。
- それぞれの種目に必要な人数は、チーム内のメンバーから選出して出場する。各競技種目に出場する選手を事前に申し出る。
- 各競技種目の結果によって、[順位点数] が与えられる。スピード種目は総合点の50%を占め、フリースタイル種目が残りの50%を占める。

【性別でのチーム編成について】

- 基本的に自由であるが、男女混合のチームのみ、各競技種目に男女が入るよう編成をおこなう事。

【総合順位点について】

- 各種目の順位がそのまま点数となり、総合点の最も低いチームが優勝となる
例) シングルススピードが1位、ペアスピードが3位、シングルスフリースタイルが2位、ペアフリースタイルが4位だった場合、 $[1+3+2+4=10]$ となり、総合順位点は10点となる。
- 総合順位点が高点だった場合は、両チームの各競技種目の順位点数の中で、最も低い点数の多いチームが勝利となる。
例) Aチームが、シングルススピードが1位、ペアスピードが3位、シングルスフリースタイルが2位、ペアフリースタイルが4位だった場合、 $[1+3+2+4=10]$ となり、総合順位点は10点となる。
Bチームが、シングルススピードが2位、ペアスピードが2位、シングルスフリースタイルが3位、ペアフリースタイルが3位だった場合、 $[2+2+3+3=10]$ となり、総合順位点は10点となる。
この場合AチームとBチームは同点であるが、両チームの中で最も低い順位点数はAチーム [1] なので、Aチームの勝利となる。

【競技用のロープについて】

- チームで日頃練習しているロープをご使用下さい。

競技に関する全体のルール

道具：

- ・ チームが使用するロープは、選手本人の力で回す事が出来るもの。ロープの長さも種類も自由。
- ・ ロープやグリップを体にくっつけることは、不当な競争優位性を得る場合があるため禁止されている。
- ・ スピード及びフリースタイル種目には小道具使用が禁止されている。

ユニフォーム：

- ・ スピード及びフリースタイル種目に参加するチームは、一般のスポーツ大会や運動に使用される競技用ウェアを着用するようにお勧めする。競技に参加する選手は、チームメンバー全員が同じユニフォームを着用するようにお勧めする。
- ・ 各競技種目に参加する際は運動靴を履かないといけない。（サンダル、ビーチサンダル、ハイヒール、肌足などは禁止されている。）
- ・ 競技しているときはアクセサリを外すか、包帯かテーピングでしっかりと止めるようにする。
- ・ 髪の毛のアクセサリをしっかりと止めてください。髪の毛のアクセサリが邪魔してしまった際にチームは競技に再挑戦することができない。髪の毛のアクセサリが落ちてしまい、他の競技エリアに入ってしまった場合はそのチームのエリア減点となってしまう。
- ・ 靴紐が競技中にほどけてしまった場合は選手の責任となる。ほどけてしまったまま競技を続けても良く、ジャッジやオフィシャルは競技を止めることはしない。

全体のルール及び規制：

- ・ 競技中にガムを噛むことは禁止されている。
- ・ 病気やけがしている選手は、特別扱いされず、競技の再挑戦はできない。出場できない場合は、コーチが競技委員長に直ちに連絡すれば、選手を交代してもらうことが可能。
- ・ 選手またはコーチは競技エリアをあらゆる方法で調整することができない。
(例：エリアの境を動かしたり、テープを床に付けたりすることなど)

スピード種目のルール：

- ・ スピードの競技エリアは6m×6m。
- ・ 各スピード競技エリアにはスピードジャッジが配置される。スピードジャッジが複数人いる場合はスコアの中の一番近い2つのスコアを採用し、一番外れているスコアを省く。スコアが同様のようになっている場合は、より高いスコアの2つを採用し、一番低いスコアを省く。
- ・ スピードジャッジのスコアがあまりに合っていない場合は、ジャッジを足される可能性がある。
- ・ 全てのスピード種目は、選手が一般の「ジョギング・ステップ」で競技を行うことになっている。跳ぶたびにロープが足の下を一回通し、右足、左足と、交互に足を動かすようにする。
- ・ ジャッジは選手の**右足**を数える。ミスしてしまった場合は、ジャッジは次の右足が跳んだときを数えずその次から数え始める。
- ・ 最初の姿勢は自由だが、「プー（電子音）」が聞こえる前までロープを動かすことはできない。
- ・ WJRC 公式タイミングCD が使用される。スピード種目のコールは以下の通り：
 - 全てのコールはこのように始まる。「Judges are ready, Jumpers are ready, Set, プー（電子音）。」終わりの言葉は「プー（電子音）」。
 - 3x40 のDD スピード種目については、10 秒ごとにコールが流れ、40 秒ごとに「Switch」という交代の合図が流れる。
 - 2x60 のDD スピード種目については、15 秒ごとにコールが流れ、1 分が経ったら「Switch」という交代の合図が流れる。
- ・ 3x40 のDD スピード種目のルールは以下のとおり：
 - 最初のジャンパーは「プー（電子音）」という合図でロープの中に入る。40 秒が経ったら「Switch」

という合図が流れる。そのときに最初のジャンパーはロープを出て、ターナーからロープを受け取り、ターナーになる。ロープを渡したターナーが2番目のジャンパーとなり、ロープの中に入る。

もう40秒が経ったら、2つ目の「Switch」という合図が流れる。そのときに2番目のジャンパーが3番目のチームメンバー（まだ跳んでいない人）からロープを受け取り、3番目のジャンパーとなり、ロープの中に入る。1番目と2番目のジャンパーが最後の40秒のターナーになっている。

- ・ 3x40 及び 2x60 の DD スピードの全ての種目については、ロープの中にジャンパーは1人しかいない。ジャンパーが1人出てから他のジャンパーが入ることになる。

スピード種目の評価及び審査法：

- ・ 競技エリア外で競技をした場合（競技エリア違反）、開始合図より先の競技開始（フライングスタート）、ジャンパーチェンジの合図より先のジャンパーチェンジ（フライングジャンパーチェンジ）はそれぞれ1回につき5ポイントジャンプ回数より減点となる。

フリースタイル種目のルール：

- ・ フリースタイルの競技エリアは 12mX12m
- ・ フリースタイル演技のタイミング：
 - DD シングルス及びDD ペアの演技は45～75 秒。
 - WJRC の公式タイミングCD が使用される。フリースタイル種目のコールは以下の通り：
 - ・ 全てのコールはこのように始まる。「Judges are ready, Jumpers are ready, Set, プー（電子音）」
 - ・ DD のフリースタイル種目のコールは45 秒、60 秒、そして75 秒（「プー（電子音）」）と流れる。
- ・ 禁止されている技：
 - WJR の大会に禁止される技はないが、安全面を第一に考えた上で演技を作り、練習すること。
 - DD のスピードまたはフリースタイルの種目には小道具が禁止されている。
- ・ 音楽使用：
 - あらゆる種類の音楽は使用できるが、適切な内容及び言葉の音楽を使用してください。汚い言葉や不快な内容の音楽が使用される場合は、減点となってしまふ場合があるので注意すること。
- ・ DD フリースタイル種目：
 - DD の演技は、チーム全員（3 または4 人）が常に取り組んでいるように構成すること。選手がロープの中で技を行っているときに、他の選手がロープの外で待っている状態がないように工夫すること。

フリースタイル演技の評価及び審査法：

- ・ 全てのフリースタイル種目は必須項目、技の難度、技の難度平均、プレゼンテーション、正確度（ミス）、及びエンターテイメントレベルに評価される。
- ・ 演技は1～10 点に評価され、10 点満点。ジャッジハンドブックに審査方法が詳しく書かれている。
- ・ 各フリースタイル競技エリアにはジャッジがいて、別にフロアマネージャーがいる。ヘッドジャッジ、演技の内容ジャッジ、そしてプレゼンテーションジャッジがいる。
- ・ 点数は以下のとおり与えられる：
 - 演技の内容を評価するジャッジは以下の項目に点数を与える：
 - ◆ 難度：WJR の難度表に明記されている技及び技のコンビネーションの難度の平均。（6 点満点）
 - プレゼンテーションジャッジは以下の項目に点数を与える：
 - ◆ 技術上のプレゼンテーション：技の大きさ、姿勢、顔つき、演技の流れなどの、演技の美的な資質を影響する項目。（2 点満点）
 - ◆ エンターテイメントレベル：おもしろい振り付けや動き、音楽使用の工夫、独特な技の取り入れ、全体の工夫などの、演技が楽しく見える工夫。（2 点満点）
 - ヘッドジャッジは、必須項目、正確度（ミス）、そしてスペースや時間制限を評価する。減点となるものは以下の通り：

- 時間減点：チームが「プー（電子音）」というスタートの合図の前に演技を始めてしまった場合、もしくは「プー（電子音）」という終わりの合図の後演技を終了してしまった場合は、時間のルールを違反した度に0.2 点の減点となる。
- スペース減点：チーム（もしくは使用している備品）が競技エリアの外へ出てしまった場合、その都度0.2 点の減点となる。その場合は、フロアマネージャーは選手を注意する。競技エリアから出てしまっている間、ジャッジは演技を評価しない。選手もしくは備品が競技エリアに戻ってから評価を続ける。
- 正確度減点
 - マイナーミス：
 - ロープの動き（及び演技）を止めてしてしまう意図的でないミス。
 - チームがそのようなミスをうまくごまかし、ロープまたは演技が止まらない場合は減点対象ではない。
 - マイナーミス一個につき、技術能力の平均スコアから0.2 点の減点となる。
 - メージャーミスは、演技を2 秒以上止めてしまう明確なミス。
 - 技術能力の平均スコアから0.4 点の減点となる。
 - 正確度の減点は技術力の平均スコアのみから引かれる。正確度の減点は多くて2.0 点、つまり正確度が0 点になるまで引かれる。
- 必須項目の説明
 - DD フリースタイルの必須項目説明 (DD シングルスフリースタイル、DD ペアフリースタイル)：
 - ロープトリック
 - ロープ回しに関する技 (例：ターナートリック)
 - ロープの 2 重以上回し
 - ジャンパーが一回跳ぶときにロープが2 本以上通す技
 - 体の反転及び転位 (アクロバット など)
 - 重心を変え、体力・バランス・柔軟性・敏捷性 (体操、曲芸、武術など) の技
 - 空間的な動き
 - ターナーがジャンパーに、ジャンパーがターナーに交代すること
 - 必須項目の評価
 - 必須項目をクリアするためには、WJR 難度表が定義するレベル3 以上で行われなければならない。
 - 行われず、もしくはミスしてしまう必須項目一個につき、難度の平均スコアから0.4 点が引かれる。
 - 難度レベル2 以下で行われる必須項目一個につき、難度の平均スコアから0.2 点が引かれる。
 - 必須項目の減点は、難度の平均スコアから多くて1.6 点引かれ、つまり難度が0 点になるまで引かれる。
- ヘッドジャッジ及び内容ジャッジが使用されるWJR の難度表は2018 年のWJRC ジャッジハンドブックの付録にある。
- フリースタイルのスコアは以下のとおり計算される：

(難度の平均スコア- 必須項目の減点) + 平均難度スコア= 内容スコア
 (技術上のプレゼンテーション平均スコア- 正確度減点) + 平均エンタテインメントレベルスコア= プレゼンテーションスコア
 (内容スコア+ プレゼンテーションスコア) - 時間及びスペース減点= 最終フリースタイルスコア
- 同点決勝ルール
 - 一つ目は平均正確度の減点
 - 二つ目は内容のスコア
 - 三つ目はプレゼンテーションスコア
 - 三つ目のスコアも同点であれば、スコアは同点になり、二チームとも同様に表彰される。