



2018 ICU World Cheerleading Championships
2018 ICU Junior World Cheerleading Championships
TEAM CHEER DIVISIONS RULES & REGULATIONS

【Team Cheer (NOVICE, INTERMEDIATE, MEDIAN) Divisions】

★ICU NOVICE DIVISION RULES
NOVICE DIVISION GENERAL TUMBLING

- A. All tumbling must originate from and land on the performance surface.
Clarification: A tumbler may rebound from his/her feet into a stunt transition. For relevant Divisions, if the rebound from the tumbling pass involves hip-over-head rotation, then the tumbler/top person must be caught and stopped in a non-inverted position before continuing into the hip-over-head transition or stunt.
- Example: Round off handspring and then a bump or contact from a base or bracer straight into a back flip would break this rule for the Beginner/L0 – Elite/L5 Divisions. A clear separation from the tumbling to the stunt is needed to make this legal. Catching the rebound and then dipping to create the throw for the rotation is legal. This would also be true if coming from just a standing back handspring without the round off.
- Exception: Rebounding to a prone position (1/2 twist to stomach) in a stunt is allowed in the Novice Division.
- B. Tumbling over, under, or through a stunt, individual, or prop is not allowed.
Clarification: An individual may jump over (rebound) another individual.
- C. Tumbling while holding or in contact with any prop is not allowed.
- D. Dive rolls are not allowed:
- E. Jumps are not considered a tumbling skill from a legalities point of view. Therefore, if a jump skill is included in a tumbling pass, the jump will break up the pass.

NOVICE DIVISION STANDING /RUNNING TUMBLING

- A. Skills must involve constant physical contact with the performance surface.
Exception: Block cartwheels and round offs are
- B. Forward and backward rolls, front and back walkovers, and handstands are allowed.
- C. Cartwheels and round offs are allowed.
- D. No tumbling is allowed in immediate combination after a round off. If tumbling does occur after a round off, a clear and distinct pause must immediately follow a round off or round off rebound.
- E. Front and back handsprings are not allowed.

NOVICE DIVISION STUNTS

- A. Spotters:
1. A spotter is required for each top person at prep level and above.
Example: Suspended splits, flat-bodied positions and preps are examples of prep level stunts.
Extended arm stunts that are not in the upright position (e.g. v-sits, extended flats backs, etc.) are considered prep level stunts.

★ICU ノービス部門 ルール
ノービス部門 タンプリング全般

- A. 全てのタンプリングは競技フロアから始め、競技フロアに着地しなければならない。
補足: タンブラーはリバウンドして、そのまま足からスタンツに移行しても良い。もし腰が頭を越える回転を伴うタンプリングパスからリバウンドする場合、タンブラー/トップは腰が頭を越えるトランジションやスタンツに続く前に、インバート姿勢ではない姿勢でキャッチされ、止まらなくてはならない。
例: ラウンドオフハンドスプリングをしてベースまたはプレーサーとの接触の後バックフリップをするとビギナー/Lv. 0- エリート/Lv. 5ではルール違反になる。このような違反を防ぐためには、タンプリングとスタンツを明確に区別しなければならない。着地のリバウンドをキャッチしてディッピング(一度下げてから戻す動き)してからフリップさせるために投げることは違反ではない。スタンディングバックハンドスプリングの実施においても同様。
例外: ノービス部門において、リバウンドからツイスト1/2回転してうつ伏せ姿勢でスタンツに移行するのは可。
- B. スタンツや選手、小道具を飛び越える、くぐり抜ける、タンプリングは禁止。
補足: 選手が他の選手を飛び越える(リバウンドする)のは可。
- C. 小道具を持ったまま、または触れた状態でのタンプリングは禁止。
- D. ダイブロール(飛び込み前転)は禁止。
- E. ジャンプは審査の観点からはタンプリングとはみなさない。それ故一連のタンプリングの流れの中にジャンプが含まれている場合、ジャンプがその流れの区切りとみなされる。

ノービス部門 スタンディング/ランニングタンプリング

- A. タンプリング中は常に競技フロアに接触すること。
例外: ブロック側転、ラウンドオフは可
- B. 前後転、前方・後方ウォークオーバー、倒立は可。
- C. 側転とラウンドオフは可。
- D. ラウンドオフ直後にコンビネーションとなるタンプリングは禁止。ラウンドオフ後に続くタンプリングは、ラウンドオフまたはラウンドオフからのリバウンドで明確に停止した後に実施されなければならない
- E. ハンドスプリング、バックハンドスプリングは禁止。

ノービス部門 スタンツ

- A. スポッター:
1. スポッターは、プレップレベル以上の高さの各トップに必要。
例: サスペンデッドスピリット、フラットボディポジション、プレップなど腕を伸ばした高さでトップが直立でないスタンツ(エクステンションVシット、フラットバック等)はプレップレベルスタンツとみなす。

Clarification 1: The center base in an extended v-sit may be considered a spotter as long as they are in a position to protect the head and shoulders of the top person.

Clarification 2: If the primary bases squat, go to their knees or drop the overall height of the stunt while extending their arms (excluding floor stunts), this skill would be considered extended and therefore not allowed, regardless of the back spot's position.

Exception: Shoulder sits/straddles, t-lifts and stunts with up to a ½ twist transition where the top person starts and ends on the performance surface while only being supported continuously at the waist, do not require a spotter.

2. A spotter is required for each top person in a floor stunt.

Clarification: The spotter may grab the top person's waist in a floor stunt.

B. Stunt Levels:

1. Single leg stunts are only allowed at waist level.

Exception 1: Prep level single legs stunts are allowed if the top person is connected to someone standing on the performance surface, which must be a separate person other than the base(s) or spotter. The connection must be hand/arm to hand/arm and must be made prior to initiating the single leg prep level stunt.

Exception 2: A walk up shoulder stand is allowed in the Novice Division if both hands of the top person are in contact with both hands of the base until both feet of the top person are placed on the shoulders of the base.

2. Stunts above prep level are not allowed. A stunt may not pass above prep level.

Clarification: Taking the top person above the head of the bases is not allowed.

- ## C. Twisting stunts and transitions are allowed up to a total of a ¼ twisting rotation by the top person in relation to the performing surface.

Clarification: A twist performed with an additional turn by the bases performed in the same skill set, is not allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds a ¼ rotation. The safety judge will use the hips of the top person to determine the amount of total rotation a top person performs in a skill set. Once a stunt is hit (i.e. prep) and the athletes show a definite and clear stop with a stationary top person, they may continue to walk the stunt in additional rotation.

Exception 1: Rebounding to a prone position (½ twist to stomach) is a stunt that is allowed in the Novice Division.

Exception 2: ½ wrap around stunts are allowed in the Novice Division.

Exception 3: Up to a ½ twist is allowed if the top person starts and ends on the performance surface and is only supported at the waist and does not require an additional spotter.

- ## D. During transitions, at least one base must remain in contact with the other top person.

補足1:エクステンションVシットにおける真ん中のベースはトップの頭と肩を補助することが出来るとみなされる場合に限りスポッターと認められる。

補足2:ベースが腕を伸ばした高さにトップを持ち上げ、腕を曲げて全体の高さを低くすること(フロアスタuntsは除く)も、基準はバックスポットの高さではなく、エクステンションレベルとみなされるため禁止。

例外:ショルダーシット/ストラドル/Tリフト、トップが腰だけを支持され演技フロアから始まり、終わる1/2ツイストまでのツイストランジションを含むスタuntsは、スポッターは必須ではない。

2. フロアスタuntsの各トップには必ずスポッターをつけること。

補足:フロアスタuntsのスポッターはトップの腰をつかむことが可。

B. スタuntsレベル:

1. 片足のスタuntsはウエストレベルでのみ可。

例外1:プレップレベルでの片足スタuntsは演技フロアに立っている選手とつながっている場合のみ可。つながっている選手はベースやスポットとは異なる選手でなければならない。腕/手と腕/手でつなぎ合わなくてはならず、プレップレベルの片足スタuntsは開始前に始めなければならない。

例外2:ベースの肩にトップの両足がのるまでトップの両手とベースの両手がつながっている場合ウォークアップショルダースタンドはノービス部門では可。

2. プレップレベルより高い高さは禁止。スタuntsはプレップレベルより高い高さを通過してはならない。

補足:トップをベースの頭の上に持ち上げることは禁止。

- ## C. トップが競技フロアから実施するツイストを伴うスタuntsは1/4回転まで可。

補足:1つの技の中で、トップの回転に加えベースが更に回転する場合、トップの回転数が積算で1/4回転を越えると違反となる。セーフティジャッジは、1つの技の中での1人のトップの回転総数を腰の回転数で判断する。一度スタuntsが(例えばプレップで)完成し、トップが静止し明確に止まっていることを見せ、その後追加の回転に入ること。

例外1:リバウンドから1/2回転ツイストしてうつ伏せ姿勢でスタuntsに移行するのは可。

例外2:1/2ラップアラウンドスタuntsはノービス部門では実施可。

例外3:もしトップが腰だけを支持され、演技フロアから始まり、終わる場合は1/2ツイストまで可。スポッターは必須ではない。

- ## D. トランジションの間、少なくともベース1人がトップに触れていなければならない。

Exception: Leap frogs and leap frog variations are not allowed in the Novice Division.

- E.** Free flipping or assisted flipping stunts and transitions are not allowed.
- F.** No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.
Clarification 1: This rule pertains to an athlete's torso (midsection of an athlete's body) not moving over or under the torso of another athlete; this does not pertain to an athlete's arms or legs.
Clarification 2: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is separate or not.
Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.
Exception: An individual may jump over another individual.

- G.** Single based split catches are not allowed.
H. Single based stunts with multiple top persons are not allowed.

I. NOVICE DIVISION Stunts-Release Moves

1. No release moves are allowed other than those allowed in Novice Division "Dismounts" and "Tosses".
2. Release moves may not land in a prone or inverted position.
3. Release moves must return to original bases.
Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance.
4. Helicopters are not allowed.
5. A single full twisting log/barrel roll is not allowed.
6. Release moves may not intentionally travel.
7. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.

J. NOVICE DIVISION Stunts-Inversions

1. Inversions are not allowed.
Clarification: All inverted athletes (the top person) must maintain contact with the performance surface (see Novice Division "Standing/Running Tumbling").
Example: A supported handstand on the performance surface is not considered a stunt but is a legal inversion.

- K.** Bases may not support any weight of a top person while that base is in a backbend or inverted position.
Clarification: A person standing on the ground is not considered a top person.

INTERMEDIATE DIVISION PYRAMIDS

- A.** A. Pyramids must follow Novice Division "Stunts" and "Dismounts" rules and are allowed up to 2 high.
Note: Single based or assisted single based EXTENDED stunts are not allowed in Youth Divisions or any of the younger Divisions.
- B.** Top persons must receive primary support from a base.
Clarification: Anytime a top person is released by the bases during a pyramid transition, the top person must land in a cradle or must dismount to the performance surface, may not be connected to a bracer that is above prep level, and must follow the Novice Division "Dismount" rules.

例外: リーフフロッグおよびリーフフロッグのバリエーションはノービス部門では禁止。

- E.** フリーフリッピングマウントやトランジションは禁止。
- F.** スタunts、ピラミッド、選手が他のスタuntsやピラミッドの上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。
補足1: このルールは選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐる事に関してで、選手の腕や足は対象外。
補足2: トップは、スタuntsまたはピラミッドが別の基であっても同じ基であっても、選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。

例: ショルダーシートがプレップの下をくぐるのは禁止。

例外: 選手が他の選手をジャンプで越えることは可。

- G.** シングルベースのスプリットキャッチは禁止。
H. 多数のトップのシングルベーススタuntsは禁止。
- I. ノービス部門スタunts-リリースムーブ**
1. ノービス部門で許可される「ディスマウント」「トス」以外のリリースムーブは禁止。
 2. リリースムーブからうつ伏せやインバート姿勢に着地してはならない。
 3. リリースムーブは元のベースに戻らなければならない。
補足: 補助なしで競技フロアに着地してはならない。
 4. ヘリコプターは禁止。
 5. シングルツイストのログロール/バレルロールは禁止。
 6. リリースムーブは故意に別の場所へ投げてはならない。
 7. リリースムーブで他のスタunts・ピラミッド・選手を越えたり、くぐったりしてはならない。

J. ノービス部門 スタunts-インバージョン

1. インバージョンは禁止。
補足: すべてのインバート姿勢の選手は、競技フロアに接触し続けなければならない。(ノービス部門の"スタンディング / ランニングタンブリング"参照)
例: 競技フロアでの補助付きの倒立はスタuntsとはみなさず、実施可能なインバージョンである。

- K.** ベースが体を反っていたり、インバート姿勢になっていたりする時は、トップの体重を支えてはならない。
補足: 地面に立っている人はトップとはみなされない。

インターメディアイト部門 ピラミッド

- A.** ピラミッドはノービス部門の「スタunts」と「ディスマウント」のルールに従うこと、且つ、高さは2段まで可。
(注) シングルベースまたは補助されたシングルベースのエクステンションスタuntsはユースディビジョン及び下年齢での部門は禁止。
- B.** トップはベースによって主に支持されなければならない。
(注) ピラミッドトランジションの間、トップがベースからリリースされるときは必ず、トップはクレイドルか競技フロアへ着地し、プレップレベルより高い高さのプレイサーと支持し合っていない。ノービス部門「ディスマウント」ルールに従うこと。

- C. Two leg stunts:**
- Two leg stunts must be braced by a top person at prep level or below with a hand-arm connection only, with the following conditions:
 - The connection must be made prior to initiating the two leg extended stunt.
 - Prep level top person bracers must have both feet in bases' hands.
Exception: Prep level top persons are not required to have both feet in the bases' hands if the top person is in a shoulder sit, flat back, straddle lift or shoulder stand.
 - Two leg extended stunts may not brace or be braced by other extended stunts.
- D. Single leg stunts:**
- Prep level single leg stunts must be braced by at least one person at prep level or below with a hand-arm connection only, with the following conditions:
 - The connection must be made prior to initiating the single leg prep level stunt.
 - Prep level top person bracers must have both feet in bases' hands.
Exception: Prep level bracers are not required to have both feet in the bases' hands if the top person is in a shoulder sit, flat back, straddle lift or shoulder stand.
 - Extended single leg stunts are not allowed.
- E. No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.**
Clarification: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is separate or not.
Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.

NOVICE DIVISION DISMOUNTS

Note: Movements are only considered "Dismounts" if released to a cradle or released and assisted to the performing surface.

- A. Cradles from single based stunts must have a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.**
- B. Cradles from multi-based stunts must have 2 catchers and a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.**
Clarification 1: Sponge, Load In, Squish cradles are considered tosses and are not allowed in the Novice Division.
Clarification 2: All waist level cradles are not allowed.
- C. Dismounts must return to the original base(s):**
Exception 1: Dismounts to the performance surface must be assisted by either an original base and/or spotter.
Exception 2: Straight drops or small hop offs, with no additional skill(s), from the waist level or below are the only dismounts allowed to the performance surface without assistance.

- C. 両足スタンツ**
- 両足エクステンションスタンツのトップとプレップレベル以下の高さのスタンツのトップ(ブレイサー)1名が手/腕のみで支持し合わなければならない。
ブレイサーとの支持は、両足エクステンションスタンツ開始前に行わなければならない。
プレップレベル以下の高さのトップ(ブレイサー)は両足をベースの手で支えられていなければならない。
例外:ショルダーシット、フラットバック、ストラドルリフト、ショルダースタンドの場合には、トップはベースに両足を支えられていなくても良い。
 - 両足のエクステンションスタンツは、他のエクステンションスタンツと支持し合ってはならない。
- D. 片足スタンツ:**
- プレップレベルの片足スタンツはプレップレベル以下の高さの1名以上のトップ(ブレイサー)と手/腕のみで支持し合わなければならない。
a.ブレイサーとの支持は、トップがプレップレベルの片足スタンツ開始前に行わなければならない。
プレップレベル以下の高さのトップ(ブレイサー)は両足をベースの手で支えられていなければならない。
例外:ショルダーシット、フラットバック、ストラドルリフト、ショルダースタンドの場合には、トップはベースに両足を支えられていなくても良い。
 - 片足のエクステンションは禁止。
- E. スタンツ、ピラミッドまたは選手が、他のスタンツ、ピラミッドや選手の上を越えたり下をくぐったりしてはならない。**
補足:トップは他のトップの胴体を、同一ピラミッド内であっても別のスタンツまたはピラミッドであっても、越えたり、くぐったりしてはならない。
例:ショルダーシットがプレップの下を歩くのは禁止。

ノービス部門 ディスマウント

注意:トップがリリースされてクレイドルになる動き、リリースかつ補助されながら競技フロアに着地する動きのみを「ディスマウント」とする。

- A. シングルベーススタンツからのクレイドルキャッチには、別のスポッターが頭と肩の部分を守るために、腰から上の部分を少なくとも片手・腕で補助しなければならない。**
- B. 複数ベーススタンツからのクレイドルキャッチには、2名のキャッチャーと、別にトップの頭と肩を守るために、トップの腰から肩の部分の少なくとも片手・腕でクレイドルを補助するスポッターをつけなければならない。**
補足1:ノービス部門ではスポンジ・ロードイン・スクイッシュからのクレイドルはトスとみなされるため禁止。
補足2:ウエストレベル以下の高さからクレイドルになる技はすべて禁止
- C. ディスマウントは必ず元のベースに戻らなければならない。**
例外1:フロアへのディスマウントは必ず元のベースかつ/またはスポッターが補助しなければならない。
例外2:ウエストレベル以下のスタンツからのストレートドロップ、(安全な範囲の)ポップオフ、かつ他の技を追加しないディスマウントのみ、補助なしで競技フロアに着地しても良い。

Clarification: An individual may not land on the performance surface from above waist level without assistance.

- D. Only straight pop downs, basic straight cradles are allowed.
- E. Twisting dismounts (including a ¼ turn/rotation) are not allowed.
- F. No stunt, pyramid, individual, or prop may move over or under a dismount, and a dismount may not be thrown over, under, or through stunts, pyramids,
- G. No dismounts are allowed from skills above a prep level in pyramids.
- H. No free flipping or assisted flipping dismounts are allowed.
- I. Dismounts may not intentionally travel.
- J. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.
- K. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.

NOVICE DIVISION TOSSES

- A. Tosses are not allowed.
Clarification 1: This includes "Sponge" (also known as Load Ins or Squish) tosses.
Clarification 2: All waist level cradles are not allowed.

★ICU INTERMEDIATE DIVISION RULES INTERMEDIATE DIVISION GENERAL TUMBLING

- A. All tumbling must originate from and land on the performing surface.
Clarification: A tumbler may rebound from his/her feet into a transition. If the rebound from the tumbling pass involves hip-over-head rotation, then the tumbler/top person must be caught and stopped in a non-inverted position before continuing into the hip-over-head transition or stunt.
Example: Round off handspring and then a bump or contact from a base or bracer straight into a back flip would break this rule for the Beginner/L0 – Elite/L5 Divisions. A clear separation from the tumbling to the stunt is needed to make this legal. Catching the rebound and then dipping to create the throw for the rotation is legal. This would also be true if coming from just a standing back handspring without the round off.
- B. Tumbling over, under, or through a stunt, individual, or prop is not allowed.
Clarification: An individual may jump over (rebound) another individual.
- C. Tumbling while holding or in contact with any prop is not allowed.
- D. Dive rolls are allowed:
Exception 1: Dive rolls performed in a swan/arched position are not allowed.
Exception 2: Dive rolls that involve twisting are not allowed.
- E. Jumps are not considered a tumbling skill from a legalities point of view. Therefore, if a jump skill is included in a tumbling pass, the jump will break up the pass.

補足:選手が補助なしでウェストレベルまたはそれ以上から競技フロアへ着地してはならない。

- D. スタンツからのデismountはストレートポップダウン、ベーシックストレートクレイドルのみ可。
- E. ツイストデismountは禁止。(1/4回転のツイストも禁止)
- F. スタンツ、ピラミッド、小道具または選手が、デismountを越えるもしくはくぐる、またデismountがスタンツ、ピラミッド、選手または小道具を越える、もしくはくぐったりしてはならない。
- G. ピラミッドでのプレップレベルより高い高さからのあらゆるデismountは禁止。
- H. フリーフリップおよび補助つきフリップを含むデismountは禁止。
- I. デismountは故意に別の場所に移動してはならない。
- J. デismountにおいて、トップはベースにリリースされている間、お互いに接触してはならない。
- K. テンションドロップ・ロールは禁止。

ノービス部門 トス

- A. トスは禁止。
補足1: スポンジ(ロードイン、スクイッシュと同義)もトスに含まれる
補足2: ウェストレベル以下の高さからクレイドルになる技はすべて禁止

★ICU インターメディアイト部門 ルール インターメディアイト部門 タンブリング全般

- A. 全てのタンブリングは競技フロアから始め、競技フロアに着地しなければならない。
補足: タンブラーはリバウンドして、そのまま足からスタンツに移行しても良い。もし腰が頭を越える回転を伴うタンブリングパスからリバウンドする場合、タンブラー/トップは腰が頭を越えるトランジションやスタンツに続く前に、インバート姿勢ではない姿勢でキャッチされ、止まらなくてはならない。
例: ラウンドオフハンドスプリングをしてベースまたはブレイサーとの接触の後バックフリップをするとビギナー/Lv. 0- エリート/Lv. 5ではルール違反になる。このような違反を防ぐためには、タンブリングとスタンツを明確に区別しなければならない。着地のリバウンドをキャッチしてデッピン(一度下げてから戻す動き)してからフリップさせるために投げることは違反ではない。スタンディングバックハンドスプリングの実施においても同様。
- B. スタンツや選手、小道具を飛び越える、くぐり抜けるタンブリングは禁止。
補足: 選手が他の選手を飛び越える(リバウンドする)のは可。
- C. 小道具を持ったまま、または触れた状態でのタンブリングは禁止。
- D. ダイブロール(飛び込み前転)は可。
例外1: 伸身やスワンでのダイブロールは禁止。
例外2: ツイストを含むダイブロールは禁止。
- E. ジャンプは審査の観点からはタンブリングとはみなさない。それ故一連のタンブリングの流れの中にジャンプが含まれている場合、ジャンプがその流れの区切りとみなされる。

- F.** There is no twisting or turning allowed after a back handspring step out. The feet must come together after the skill is completed prior to twisting or turning.
Example: A back handspring step out immediately moving into a ½ turn is not allowed.

INTERMEDIATE DIVISION STANDING TUMBLING

- A.** Flips and aerials are not allowed.
B. Series front and back handsprings are not allowed.
Clarification: A back walkover into a back handspring is allowed.
C. Jump skills in immediate combination with handspring(s) is not allowed.
Example: Toe touch handsprings and handspring toe touches are not allowed.
D. No twisting while airborne.
Exception: Round offs are allowed.

INTERMEDIATE DIVISION RUNNING TUMBLING

- A.** Flips and aerials are not allowed.
B. Series front and back handsprings are allowed.
C. No twisting while airborne.
Exception: Round offs are allowed.

INTERMEDIATE DIVISION STUNTS

- A.** Spotters:
1. A spotter is required for each top person above prep level.
2. A spotter is required for each top person in a floor stunt.
Clarification: The spotter may grab the top person's waist in a floor stunt.
- B.** Stunt Levels:
1. Single leg stunts above prep level are not allowed. A single leg stunt may not pass above prep level.
Clarification 1: Taking the top person in a single leg stunt above the head of the bases is not allowed.
Clarification 2: If the primary bases squat down, place their knees in the ground or drop the overall height of the stunt while extending their arms (excluding floor stunts), this skill would be considered extended and therefore not allowed, regardless of the back spot's position.
- C.** Twisting stunts and transitions are allowed up to a total of a ½ twisting rotation by the top person in relation to the performing surface.
Clarification 1: A twist performed with an additional turn by the bases performed in the same skill set, is not allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds a ½ rotation. The safety judge will use the hips of the top person to determine the amount of total rotation a top person performs in a skill set. Once a stunt is hit (i.e. prep) and the athletes show a definite and clear stop with a stationary top person, they may continue to walk the stunt in relation to the performing surface.
Exception: A single full twisting log/barrel roll is allowed as long as it starts and ends in a cradle position and is assisted by a base.
Clarification 2: A log/barrel roll may not include any other skills (e.g. kick full twists, etc.) other than the

- F.** バックハンドスプリングからステップアウトの後、ツイストや回転する動きを加えるのは禁止。ツイストや回転する動きの前に実施するスキルは両足で着地していなければならない。
例:バックハンドスプリングステップアウトからツイスト1/2回転は禁止。

インターメディエイト部門 スタンディングタンブリング

- A.** フリップ、エアリアルは禁止。
B. ハンドスプリングとバックハンドスプリングの連続技は禁止。
補足:後方ウォークオーバーからバックハンドスプリングの連続技は可。
C. ハンドスプリングやバックハンドスプリングからジャンプスキルの連続技は禁止。
例:トータッチからハンドスプリング、ハンドスプリングからトータッチは禁止。
D. 競技フロアに触れていない状態でツイストを入れるのは禁止。
例外:ラウンドオフは可。

インターメディエイト部門 ランニングタンブリング

- A.** フリップ、エアリアルは禁止。
B. ハンドスプリングとバックハンドスプリングの連続技は可。
C. 競技フロアに触れていない状態でツイストを入れるのは禁止。
例外:ラウンドオフは可。

インターメディエイト部門 スタンツ

- A.**
1. スポッターは、プレップレベル以上の高さの各トップに必要。
2. フロアスタンツの各トップには必ずスポッターを付けること。
補足:フロアスタンツのスポッターはトップの腰をつかむことが可。
- B.** スタンツレベル:
1. プレップレベルより高い高さの片足スタンツは禁止。片足スタンツはプレップレベルより高い位置を通過することは禁止。
補足1:片足スタンツのトップをベースの頭の上に持ち上げることは禁止。
補足2:ベースが腕を伸ばした高さにトップを持ち上げ、腕を曲げて全体の高さを低くすること(フロアスタンツは除く)も、基準はバックスポットの高さではなく、エクステンションレベルとみなされるため禁止。
- C.** トップが競技フロアから実施するツイストを伴うスタンツは1/2回転まで可。
補足:1つの技の中で、トップの回転に加えベースが更に回転する場合、トップの回転数が積算で1/2回転を越えると違反となる。セーフティージャッジは、1つの技の中で1人のトップの回転総数を腰の回転数で判断する。一度スタンツが(例えばプレップで)完成し、トップが静止し明確に止まっていることを見せ、その後追加の回転に入ること。
例外:シングルツイストのログロール/バレルロールは可。ただしクレイドルポジションから開始しクレイドルポジションで終わること。
補足2:ログロール/バレルロールにツイスト以外の技(キックフルツイストなど)を加えてはならない。

Clarification 3: A log/barrel roll may be assisted by another top person.

- D. During transitions, at least one base must remain in contact with the other top person.
- E. Free flipping or assisted flipping stunts and transitions are not allowed.
- F. No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.

Clarification 1: This rule pertains to an athlete's torso (midsection of an athlete's body) not moving over or under the torso of another athlete; this does not pertain to an athlete's arms or legs.

Clarification 2: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is separate or not.

Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.

Exception: An individual may jump over another individual.

- G. Single based split catches are not allowed.
- H. Single based stunts with multiple top persons are not allowed.

I. INTERMEDIATE DIVISION STUNTS-Release Moves

1. No release moves are allowed other than those allowed in Intermediate Division "Dismounts" and "Tosses".
2. Release moves may not land in a prone or inverted position.
3. Release moves must return to original bases.

Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance. Exception: See Dismount "C".

4. Releasing from inverted to non-inverted body positions is not allowed.
5. Helicopters are not allowed.
6. A single full twisting log/barrel roll is allowed as long as it starts and ends in a cradle position.

Clarification 1: Single base log/barrel rolls must have two (2) catchers. Multi-base log/barrel rolls must have three (3) catchers.

Clarification 2: A log/barrel roll may not be assisted by another top person.

Clarification 3: A log/barrel roll must return to the original bases and may not include any skill other than the twist.

Example: No kick full twists.

7. Release moves may not intentionally travel.
8. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.

J. INTERMEDIATE DIVISION DIVISION STUNTS -Inversions

1. Transitions from ground level inversions to non-inverted positions are allowed. No other inversions are allowed.

Clarification: All inverted athletes (the top person) must maintain contact with the performance surface unless being lifted directly to

Example 1: Allowed: Transition from a handstand on the ground to a non-inverted stunt (e.g. a

Example 2: Not Allowed: Transition from a cradle to a handstand or a transition from a prone position to a forward roll.

補足3: トップが他のトップに支えられた状態でログロール/バレルロールを行ってはならない。

- D. トランジションの間、少なくともベース1人がトップに触れていなければならない。
- E. フリーフリッピングマウントやトランジションは禁止。
- F. スタンツ、ピラミッド、選手が他のスタンツやピラミッドの上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。

補足1: このルールは選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐる事に関してで、選手の腕や足は対象外。

補足2: トップは、スタンツまたはピラミッドが別の基であっても同じ基であっても、選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。

例: ショルダーシートがプレップの下をくぐるのは禁止。

例外: 選手が他の選手をジャンプで越えることは可。

- G. シングルベースのスプリットキャッチは禁止。
- H. 多数のトップのシングルベーススタンツは禁止。

I. インターメディアイト部門スタンツ-リリースムーブ

1. インターメディアイト部門で許可される「デismount」「トス」以外のリリースムーブは禁止。
2. リリースムーブからうつ伏せやインバート姿勢に着地してはならない。
3. リリースムーブは元のベースに戻らなければならない。
補足: 補助なしで競技フロアに着地してはならない。
例外: デismount Cを参照。
4. インバート姿勢からそうでない姿勢へのリリースは禁止。

5. ヘリコプターは禁止。

6. シングルツイストのログロール/バレルロールは可。ただしクレイドルポジションから開始しクレイドルポジションで終了。
補足1: シングルベースのログロールは2名のキャッチャー、複数ベースのログロールは3名のキャッチャーが必須。

補足2: ログロール/バレルロールは他のトップに支えられてはならない。

補足3: ログロール/バレルロールは元のベースに戻る。ツイスト以外の技を行ってはならない。

例: キックフルツイストはなし

7. リリースムーブは故意に別の場所へ投げてはならない。
8. リリースムーブで他のスタンツ・ピラミッド・選手を越えたり、くぐったりしてはならない。

J. インターメディアイト部門 スタンツ-インバージョン

1. グラウンドレベルのインバージョンからそうでない姿勢へのトランジションは可。それ以外のインバージョンは禁止。

補足: すべてのインバート姿勢の選手は、直接インバート姿勢でないスタンツに上がる場合を除いて、競技フロアに接触し続けなければならない。

例1: 競技フロアでの倒立からそうでない姿勢のスタンツへのトランジション(例 ショルダーシート)は可。

例2: クレイドルからの倒立や、うつ伏せ姿勢からの前転は禁止。

- K.** Bases may not support any weight of a top person while that base is in a backbend or inverted position.
Clarification: A person standing on the ground is not considered a top person.

INTERMEDIATE DIVISION PYRAMIDS

- A.** Pyramids must follow Intermediate Division "Stunts" and "Dismounts" rules and are allowed up to 2 high.
Note: Single based or assisted single based EXTENDED stunts are not allowed in Youth Divisions or any of the younger Divisions.
- B.** Top persons must receive primary support from a base.
Clarification: Anytime a top person is released by the bases during a pyramid transition, the top person must land in a cradle or must dismount to the performance surface, may not be connected to a bracer that is above prep level, and must follow the Intermediate Division "Dismount" rules.
- C.** Extended stunts may not brace or be braced by any other extended stunts.
- D.** No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.
Clarification: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is separate or not.
Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.
- E.** Extended single-leg stunts:
- Extended single-leg stunts must be braced by at least one (1) top person at prep level or below with hand- arm connection only. The hand- arm connection of the top person must be, and must remain, connected to the hand- arm of the bracer.
 - The connection must be made prior to initiating the extended single leg stunt.
 3. Prep level top persons must have both feet in the bases' hands.
Exception: Prep level top persons do not have to have both feet in the bases' hands if the top person is in a shoulder sit, flat back, straddle lift or shoulder stand.

INTERMEDIATE DIVISION DISMOUNTS

Note: Movements are only considered "Dismounts" if released to a cradle or released and assisted to the performing surface.

- A.** Cradles from single based stunts must have a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.
- B.** Cradles from multi-based stunts must have 2 catchers and a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.
- C.** Dismounts must return to the original base(s):
Exception 1: Dismounts to the performance surface must be assisted by either an original base and/or spotter.

- K.** ベースが体を反っていたり、インバート姿勢になっていたりする時は、トップの体重を支えてはならない。
補足: 地面に立っている人はトップとはみなされない。

インターメディエイト部門 ピラミッド

- A.** ピラミッドはインターメディエイト部門の「スタunts」と「ディスマウント」のルールに従うこと、且つ、高さは2段まで可。
(注)シングルベースまたは補助されたシングルベースのエクステンションスタuntsはユースディビジョン及び下年齢での部門は禁止。
- B.** トップはベースによって主に支持されなければならない。
補足: ピラミッドトランジションの間、トップがベースからリリースされる時は必ず、トップはクレイドルか競技フロアへ着地し、プレップレベルより高い高さのブレイサーと支持し合っていない。インターメディエイト部門「ディスマウント」ルールに従うこと。
- C.** エクステンションスタuntsは、他のエクステンションスタuntsと支持し合っていない。
- D.** スタunts、ピラミッドまたは選手が、他のスタunts、ピラミッドや選手の上を越えたり下をくぐったりしてはならない。
補足: スタuntsやピラミッドが離れている、いないに関わらず、トップはインバートで他のトップの胴体の上を越えたり、下をくぐってはならない。
例: ショルダーシットがプレップの下を歩くのは禁止。
- E.** 片足のエクステンションスタunts:
- トップは、プレップレベル以下の高さで1名以上のトップ(ブレイサー)と手/腕のみで支持し合わなければならない。トップの手/腕はブレイサーの手/腕と支持し合っていないなければならない。
 - ブレイサーとの支持は、トップが片足エクステンションスタunts開始前に行わなければならない。
 - プレップレベル以下の高さのトップ(ブレイサー)は両足をベースの手で支えられていなければならない。
例外: ショルダーシット、フラットバック、ストラドルリフト、ショルダースタンドの場合には、トップはベースに両足を支えられていなくても良い。

インターメディエイト部門 ディスマウント

注意: トップがリリースされてクレイドルになる動き、リリースかつ補助されながら競技フロアに着地する動きのみを「ディスマウント」とする。

- A.** シングルベーススタuntsからのクレイドルキャッチには、別のスポッターが頭と肩の部分を守るために、腰から上の部分を少なくとも片手・腕で補助しなければならない。
- B.** 複数ベーススタuntsからのクレイドルキャッチには、2名のキャッチャーと、別にトップの頭と肩を守るために、トップの腰から肩の部分の少なくとも片手・腕でクレイドルを補助するスポッターをつけなければならない。
- C.** ディスマウントは必ず元のベースに戻らなければならない。
例外1: フロアへのディスマウントは必ず元のベースかつ/またはスポッターが補助しなければならない。

Exception 2: Straight drops or small hop offs, with no additional skill(s), from the waist level or below are the only dismounts allowed to the performance surface without assistance.

Clarification: An individual may not land on the performance surface from above waist level without assistance.

- D. Only straight pop downs, basic straight cradles and ¼ turns are allowed.
- E. Twisting dismounts exceeding ¼ turn/rotation are not allowed. All other positions/additional skills are not allowed.
Example: Toe touch, pike, tuck, etc. positions / additional skills are not allowed in the dismount.
- F. No stunt, pyramid, individual, or prop may move over or under a dismount, and a dismount may not be thrown over, under, or through stunts, pyramids, individuals, or props.
- G. Cradles from extended single-leg stunts in pyramids are allowed
- H. No free flipping or assisted flipping dismounts are allowed.
- I. Dismounts may not intentionally travel.
- J. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.
- K. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.

INTERMEDIATE DIVISION TOSSES

- A. Tosses are allowed up to a total of 4 tossing bases. One base must be behind the top person during the toss and may assist the top person into the toss.
- B. Tosses must be performed with all bases having their feet on the performing surface and must land in a cradle position. Top person must be caught in a cradle position by at least 3 original bases one of which is positioned at the head and shoulder area of the top person. Bases must remain stationary during the toss.
Example: No intentional traveling tosses.
- C. Flipping, twisting, inverted or traveling tosses are not allowed.
- D. No stunt, pyramid, individual, or prop may move over or under a toss, and a toss may not be thrown over, under, or through stunts, pyramids, individuals, or props.
- E. The only body position allowed is a straight ride.
Clarification: An exaggerated arch would not be included as a straight ride and therefore considered illegal.
- F. During the straight body ride, the top person may use different arm variations such as (but not limited to) a salute or blowing a kiss but must keep the legs and body in the straight ride position.
- G. Top persons in separate tosses may not come in contact with each other.
- H. Only a single top person is allowed during a toss.

例外2:ウェストレベル以下のスタントからのストレートドロップ、(安全な範囲の)ポップオフ、かつ他の技を追加しないディスマウントのみ、補助なしで競技フロアに着地しても良い。

補足:選手が補助なしでウェストレベルまたはそれ以上から競技フロアへ着地してはならない。

- D. スタントからのディスマウントはストレートポップダウン、ストレートクレイドル、ツイスト1/4回転クレイドルのみ可。
- E. 1/4回転を越えるツイストクレイドルは禁止。その他の技を実施するのも禁止。

例: トータッチ、パイク、タック等は禁止。
- F. スタント、ピラミッド、小道具または選手が、ディスマウントを越えるもしくはくぐる、またディスマウントがスタント、ピラミッド、選手または小道具を越える、もしくはくぐったりしてはならない。
- G. ピラミッドの片足エクステンションスタントからのクレイドルキャッチは可。
- H. フリーフリップおよび補助つきフリップを含むディスマウントは禁止。
- I. ディスマウントは故意に別の場所に移動してはならない。
- J. ディスマウントにおいて、トップはベースにリリースされている間、お互いに接触してはならない。
- K. テンションドロップ・ロールは禁止。

インターメディエイト部門 トス

- A. トスは最大4名のベースまで可。ベース1名は必ずトスを行っている間トップの後ろに位置しなければならず、トスに乗り込む際トップを補助しても良い。
- B. トスはベース全員が競技フロアに足をつけている状態でクレイドルキャッチをしなければならない。トップは最低3名の元のベースによってクレイドルキャッチされなければならない。うち1名はトップの頭と肩のあたりにいなければならない。ベースはトスの間は静止しなければならない。

例: 故意に移動してはならない。
- C. フリップ、ツイスト、インパート姿勢、移動を伴うトスは禁止。
- D. スタント、ピラミッド、小道具または選手が、トスを越えるもしくはくぐる、またトスがスタント、ピラミッド、選手または小道具を越える、もしくはくぐったりしてはならない。
- E. 空中姿勢はストレートライド ポジションのみ可。
補足: 大げさな”アーチ”はストレートライド ポジションに含まれないため、違反とみなされる。
- F. 空中姿勢で、トップは手を振る、投げキスをするなど様々な腕の動きが可。ただし、脚と身体はストレートライドポジションを保たなければならない。
- G. 別のバスケットトスのトップと接触してはならない。
- H. バスケットトスではトップは1名のみ可。

★ICU MEDIAN DIVISION RULES MEDIAN DIVISION GENERAL TUMBLING

A. All tumbling must originate from and land on the performance surface.

Clarification: A tumbler may rebound from his/her feet into a transition. If the rebound from the tumbling pass involves hip-over-head rotation, then the tumbler/top person must be caught and stopped in a non-inverted position before continuing into the hip-over-head transition or stunt.

Example: Round off handspring and then a bump or contact from a base or bracer straight into a back flip would break this rule for the Beginner/L0 – Elite/L5 Divisions. A clear separation from the tumbling to the stunt is needed to make this legal. Catching the rebound and then dipping to create the throw for the rotation is legal. This would also be true if coming from just a standing back handspring without the round off.

B. Tumbling over, under, or through a stunt, individual, or prop is not allowed, unless the “prop” is mobility equipment for an Adaptive Abilities athlete.

Clarification: An individual may jump over another individual.

C. Tumbling while holding or in contact with any prop is not allowed, unless the “prop” is mobility equipment for an Adaptive Abilities athlete.

D. Dive rolls are allowed:

Exception 1: Dive rolls performed in a swan/arched position are not allowed.

Exception 2: Dive rolls that involve twisting are not allowed.

E. Jumps are not considered a tumbling skill from a legalities point of view. Therefore, if a jump skill is included in a tumbling pass, the jump will break up the pass.

Example: If an athlete in Median/L3 performs a round off - toe touch - back handspring - back tuck, this combination of skills would not be allowed since a back tuck is not allowed within the Median/L3 Standing Tumbling regulations.

MEDIAN DIVISION STANDING TUMBLING

A. Flips are not allowed.

Clarification: Jumps connected to ¼ front flips are also not allowed.

B. Series front and back handsprings are allowed.

C. Twisting while airborne is not allowed.

Exception: Round offs are allowed.

MEDIAN DIVISION RUNNING TUMBLING

A. Flips:

1. Back Flips may ONLY be performed in a tuck position only from a round off or round off back handspring(s).

Examples of skills not allowed: X-outs, layouts, layout step outs, whips, pikes, aerial walkovers, and Arabians.

2. Other skills with hand support prior to the round off or round off back handspring are allowed.

★ICU メディアン部門 ルール メディアン部門 タンブリング全般

A. 全てのタンブリングは競技フロアから始め、競技フロアに着地しなければならない。

補足:タンブラーはリバウンドして、そのまま足からスタントに移行しても良い。もし腰が頭を越える回転を伴うタンブリングパスからリバウンドする場合、タンブラー/トップは腰が頭を越えるトランジションやスタントに続く前に、インバート姿勢ではない姿勢でキャッチされ、止まらなくてはならない。

例: ラウンドオフハンドスプリングをしてベースまたはブレイサーとの接触の後バックフリップをするとビギナー/Lv. 0- エリート/Lv. 5ではルール違反になる。このような違反を防ぐためには、タンブリングとスタントを明確に区別しなければならない。着地のリバウンドをキャッチしてディッピング(一度下げてから戻す動き)してからフリップさせるために投げることは違反ではない。スタンディングバックハンドスプリングの実施においても同様。

B. 小道具を持ったまま、または触れた状態でのタンブリングは禁止。

小道具を持っていない選手のみ行うことできる。

補足:選手が他の選手を飛び越えることは可。

C. 小道具を持ったまま、または触れた状態でのタンブリングは禁止。

小道具を持っていない選手のみ行うことできる。

D. ダイブロール(飛び込み前転)は可。

例外1:伸身や スワンでのダイブロールは禁止。

例外2:ツイストを含むダイブロールは禁止。

E. ジャンプは審査の観点からはタンブリングとはみなさない。それ故一連のタンブリングの流れの中にジャンプが含まれている場合、ジャンプがその流れの区切りとみなされる。

例:メディアン/LEVEL 3において、選手がラウンドオフ→トゥタッチ→バックハンドスプリング→バックタックを行った場合、バックタックはメディアン/LEVEL 3の立位タンブリングでは禁止のため違反となる。

メディアン部門 スタンディングタンブリング

A. フリップは禁止。

補足:フロントフリップ3/4回転に繋がるジャンプは禁止。

B. ハンドスプリングまたはバックハンドスプリングの連続技は可。

C. 競技フロアに触れていない状態でツイストするのは禁止。

例外:ラウンドオフは可。

メディアン部門 ランニングタンブリング

A. フリップ

1. バックフリップはラウンドオフまたはラウンドオフバックハンドスプリングから始めて、タックポジションで行わなければならない。

禁止技例:X-アウト、伸身、伸身→ステップアウト、ウィップ、バイク、側宙、アラビアン

2. ラウンドオフまたはラウンドオフバックハンドスプリングの前にフロアへの着手がある技を追加するのは可。

Example: Front hand spring(s) and front walk over(s) through to round off back handspring tuck is allowed.

3. Cartwheel tucked flips and/or cartwheel to back handspring(s) to tuck(s) is not allowed.
4. Aerial cartwheels, running front tucks, and $\frac{3}{4}$ front flips are allowed.

Clarification: A front handspring (or any other tumbling skill) into a front tuck is not allowed.

- B.** No tumbling is allowed after a flip or an aerial cartwheel.

Clarification: If any tumbling follows a flip or an aerial cartwheel, at least 1 step into the next tumbling skill must be included to separate the 2 passes.

Stepping out of a flip is considered a continuation of the same tumbling pass. An athlete must take an additional step out of a flip step out. However, if the athlete finishes the skill with both feet together, then 1 step is all that is required to create a new tumbling pass.

- C.** Twisting while airborne is not allowed.

Exception 1: Round offs are allowed.

Exception 2: Aerial cartwheels are allowed.

MEDIAN DIVISION STUNTS

- A.** A spotter is required for each top person above prep level.

- B.** Single leg extended stunts are allowed.

- C.** Twisting stunts and transitions:

1. Twisting stunts and transitions are allowed up to 1 twisting rotation by the top person in relation to the performance surface.

Clarification: A twist performed with an additional turn by the bases performed in the same skill set, is not allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds 1 rotation. The safety judge will use the hips of the top person to determine the amount of total rotation a top person performs in a skill set. Once a stunt is hit (i.e. prep) and the athletes show a definite and clear stop with a stationary top person, they may continue to walk the stunt in additional rotation.

2. Full twisting transitions must land at and originate from the prep level or below only.

Example: No full ups to an extended position.

3. Twisting transitions to and from an extended position may not exceed a $\frac{1}{2}$ twisting rotation.

Clarification: A twist performed with an additional turn by the bases performed in the same set, would not be allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds a $\frac{1}{2}$ rotation.

- D.** During transitions, at least 1 base must remain in contact with the top person.

Exception: See Median Division "Release Moves".

- E.** Free flipping mounts and transitions are not allowed.

- F.** No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.

Clarification 1: This rule pertains to an athlete's torso (midsection of an athlete's body) not moving over or under the torso of another athlete; this does not pertain to an athlete's arms or legs.

例: ハンドスプリングやフロントウォークオーバーからラウンドオフ→バックハンドスプリング→フリップ

3. 側転→タックフリップ、側転→バックハンドスプリング、タックフリップは禁止。

4. 側宙、走り込みタックフロント、前方フリップ3/4回転は可。

補足: ハンドスプリング (または他のタンブリング技) からタックフロントは禁止。

- B.** フリップや側宙に続くタンブリングは禁止。

補足: フリップまたは側宙後にタンブリングする場合、1歩以上のステップを入れ、2つのタンブリングの流れに分けること。フリップからのステップアウトは同じタンブリングパスの続きとみなされる。フリップからのステップアウトにはさらにステップアウトを追加しなければならない。しかし選手が両足着地で技を完了した後、次の1歩から新しいタンブリングパスを開始するのは可。

- C.** 競技フロアに触れていない状態でツイストするのは禁止。

例外1: ラウンドオフは可。

例外2: 側宙は可。

メディア部門 スタンツ

- A.** スポッターは、プレップレベル以上の高さの各トップに必要。

- B.** 片足のエクステンションスタンツは可。

- C.** ツイストを伴うスタンツとトランジション

1. トップが競技フロアから実施するツイストを伴うスタンツは1回転まで可。

補足: 1つの技の中で、トップの回転に加えベースが更に回転する場合、トップの回転数が積算で1回転を越えると違反となる。セーフティージャッジは、1つの技の中で1人のトップの回転総数を腰の回転数で判断する。一度スタンツが(例えばプレップで)完成し、トップが静止し明確に止まっていることを見せ、その後追加の回転に入ること。

2. トップが1回転するツイストトランジションを行う場合、プレップレベル以下の高さからはじめ、完了すること。

例: フルアップのエクステンションは禁止。

3. エクステンションスタンツから、及びエクステンションスタンツへのツイストトランジションは1/2回転を越えてはならない。

補足: 1つの技の中で、トップの回転に加えベースが更に回転する場合、トップの回転数が積算で1/2回転を越えると違反となる。

- D.** トランジションの間、少なくともベース1人がトップに触れていなければならない。

例外: メディア部門「リリースムーブ」参照。

- E.** フリーフリップマウントやトランジションは禁止。

- F.** スタンツ、ピラミッド、選手が他のスタンツやピラミッドの上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。

補足1: このルールは選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐる事に関してで、選手の腕や足は対象外。

Clarification 2: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is separate or not.

Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.

Exception: An individual may jump over another individual.

- G. Single based split catches are not allowed.
- H. Single based stunts with multiple top persons require a separate spotter for each top person. Extended single leg top persons may not connect to any other extended top person.

I. MEDIAN DIVISION STUNTS-Release Moves

1. Release moves are allowed but must not pass above extended arm level.

Clarification: If the release move passes above the bases' extended arm level, it will be considered a toss and/or dismount, and must follow the appropriate "Toss" and/or "Dismount" rules. To determine the height of a release move, at the highest point of the release, the distance from the hips to the extended arms of the bases will be used to determine the height of the release. If that distance is greater than the length of the top person's legs, it will be considered a toss or dismount and must follow the appropriate "Toss" or "Dismount" rules.

2. Release moves may not land in an inverted position. Releasing from inverted to non-inverted positions is not allowed.
3. Release moves must start at waist level or below and must be caught at prep level or below.
4. Release moves that land in a non-upright position must have 3 catchers for a multi-based stunt and 2 catchers for a single based stunt.
5. Release moves are restricted to a single skill/trick and 0 twists. Only skills performed during the release are counted. Therefore; hitting an immediate body position would not be counted as a skill.

Exception: Log/barrel rolls may twist up to one rotation and must land in a cradle, or flat and horizontal (e.g. flat back or prone body position)

Clarification: Single base log rolls must have 2 catchers. Multi-based log rolls must have 3 catchers.

6. Release moves must return to original bases.
Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance.
Exception 1: See Median Division Dismount "C".
Exception 2: Dismounting single based stunts with multiple top persons.
7. Helicopters are not allowed.
8. Release moves may not intentionally travel.
9. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
10. Top persons in separate release moves may not come in contact with each other.

Exception: Dismounting single based stunts with multiple top persons.

補足2:トップは、スタuntsまたはピラミッドが別の基であっても同じ基であっても、選手の胴体が他の選手の胴体の上を越えたり、下をくぐったりしてはならない。

例:ショルダーシートがプレップの下をくぐるのは禁止。

例外:選手が他の選手をジャンプで越えることは可。

- G. シングルベースのスプリットキャッチは禁止。
- H. 多数のトップのシングルベーススタuntsは各トップに別のスポッターを付けなければならない。片足のエクステンションのトップが他の片足のエクステンションのトップと支持してはならない。

I. メディアン部門スタunts-リリースムーブ

1. リリースムーブは可。しかしベースが伸ばした手の高さを越えてはならない。

補足:もしリリースムーブがベースが伸ばした手の高さを越えた場合、トスまたはディスマウントとみなされるため、トスまたはディスマウントのルールに従うこと。リリースムーブの高さは、リリースの最高点においてベースの腰から伸ばした手までの距離で判断される。もしこの距離がトップの足の長さよりも長い場合はトスまたはディスマウントとみなされるため、トスまたはディスマウントルールに従うこと。

2. リリースムーブからインバート姿勢で着地してはならない。インバート姿勢からそうでない姿勢へのリリースムーブは禁止。
3. リリースムーブはウェストレベル以下の高さから開始し、プレップレベル以下の高さでキャッチしなければならない。
4. リリースムーブで垂直に着地しない場合、複数ベースの場合は3名のキャッチャー、シングルベースの場合は2名以上のキャッチャーが必須。
5. リリースムーブは1種類の技まで可。ツイストは禁止。リリースされている間のスキルのみがカウントされるため、接触された状態でのボディポジションはスキルとしてカウントしない。

例外:ログロール/バレルロールはツイスト1回転まで可。クレイドルもしくはフラットで水平な状態でキャッチされなければならない(例:フラットバック、うつ伏せ)

補足:シングルベースのログロールは2名のキャッチャー、複数ベースのログロールは3名のキャッチャーが必須。

6. リリースムーブは元のベースに戻らなければならない。
補足:選手は補助無しに競技フロアに着地してはならない。
例外1:メディアン部門のディスマウントCを参照。
例外2:多数のトップのシングルベースのディスマウント。
7. ヘリコプターは禁止。
8. リリースムーブは故意に別の場所へ投げてはならない。
9. リリースムーブで他のスタunts・ピラミッド・選手を越えたり、くぐったりしてはならない。
10. リリースムーブされたトップ同士が接触してはならない。

例外:シングルベーススタuntsで複数のトップのディスマウント

J. MEDIAN DIVISION DIVISION STUNTS -Inversions

1. No Inversion stunt above shoulder stunts is allowed. The connection and support of the top person with the base(s) must be at shoulder level or below.
Exception: Multi-based suspended rolls to a cradle, to a load in position, to flat body prep level stunt or to the performance surface are allowed. Multi-based suspended rolls must be supported by 2 hands. Both hands of the top person must be connected to a hand of the base(s).
2. Inversions are limited to a ½ twisting rotation to extended level and 1 twisting rotation to prep level and below.
Exception: Multi-based suspended forward roll(s) may twist up to 1 twisting rotation. (see #1. Exception above)
3. Forward Suspended Rolls exceeding ½ twist must land in a cradle.
Exception: In a multi-based suspended backward roll, the top person may not twist.
4. Downward inversions are allowed at waist level and must be assisted by at least 2 catchers positioned at the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area. The top person must maintain contact with an original base.

Clarification 1: The stunt may not pass through prep level and then become inverted below prep level. (The momentum of the top person coming down is the primary safety concern.)

Clarification 2: Catchers must make contact with the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area of the top person.

Clarification 3: Two-leg "Pancake" stunts are not allowed in the Median Division.

5. Downward inversions may not come into contact with each other.
- K. Bases may not support any weight of a top person while that base is in a backbend or inverted position.
Clarification: A person standing on the ground is not considered a top person.

MEDIAN DIVISION PYRAMIDS

- A. Pyramids must follow Median Division "Stunts" and "Dismounts" rules and are allowed up to 2 high.
Note: Single based or assisted single based EXTENDED stunts are not allowed in Youth Divisions or any of the younger Divisions.
- B. Top persons must receive primary support from a base.
Exception: See Median Division "Pyramid Release Moves"
- C. Extended single leg (1 leg) stunts may not brace or be braced by any other extended stunts.
- D. No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual.
Clarification: A top person may not pass over or under the torso (midsection of an athlete's body) of another top person regardless if the stunt or pyramid is
Example: A shoulder sit walking under a prep is not allowed.

J. メディアン部門 スタンツ-インバージョン

1. ショルダースタンツより高い高さでのインバージョンスタンツは禁止。トップとベースとの接触・支持はショルダーレベルもしくはそれ以下でなければならない。

例外:複数ベースのサスペンデッドロールから、クレイドル・ローディングポジション・プレップレベルのフラットボディスタンツ・競技フロアへの着地は可。複数ベースのサスペンデッドロールは2本の手で支持されなければならない。トップの両手はベースの手と支持されていなければならない。

2. インバージョンでのツイストは、エクステンションレベルになる場合は1/2回転まで、プレップレベル以下になる場合は1回転まで可。

例外:複数ベースの前方サスペンデッドロールは1回転まで可。(#1例外を参照)

3. 1/2回転を超える前方サスペンデッドロールはクレイドルキャッチで終わること。

例外:複数ベースの後方サスペンデッドロールでは、トップはツイストしてはならない。

4. ウェストレベルの高さでのダウンワードインバージョンは可。頭と肩を守るため、ウェストから肩のあたりにいる最低2人のキャッチャーが補助しなければならない。トップは元のベースと接触し続けなければならない。

補足1:プレップレベルを通過し、プレップレベル以下の高さでインバージョンになることは禁止。(降下する際トップの勢いに安全面で最も注意すること。)

補足2:キャッチャーは頭と肩を守るため、腰と肩のあたりと接触しなければならない。

補足3:両足の"Pancake"スタンツはメディアン部門では禁止。

5. ダウンワードインバージョン同士が接触してはならない。

- K. ベースが体を反っていたり、インバート姿勢になっていたりする時は、トップの体重を支えてはならない。

補足:地面に立っている人はトップとはみなされない。

メディアン部門 ピラミッド

- A. ピラミッドはメディアン部門の「スタンツ」と「ディスマウント」のルールに従うこと、且つ、高さは2段まで可。
(注)シングルベースまたは補助されたシングルベースのエクステンションスタンツはユースディビジョン及び下の年齢の部門では禁止。
- B. トップはベースによって主に支持されなければならない。
例外:メディアン部門「ピラミッドリリースムーブ」参照。
- C. 片足のエクステンションスタンツは、他のエクステンションスタンツと支持し合ってはならない。
- D. スタンツ、ピラミッドまたは選手が、他のスタンツ、ピラミッドや選手の上を越えたり下をくぐったりしてはならない。
補足:スタンツやピラミッドが離れている、いないに関わらず、トップはインバートで他のトップの胴体の上を越えたり、下をくぐってはならない。
例:ショルダーシットがプレップの下を歩くのは禁止。

E. Twisting stunts and transitions to extended skills are allowed up to 1 twist if connected to at least 1 bracer at prep level or below and at least 1 base. The connection to the bracer must be hand/arm to hand/arm. The connection must be made prior to the initiation of the skill and must remain in contact throughout the skill. The hand/arm connection does not include the shoulder.

F. MEDIAN DIVISION Pyramids - Release Moves

Any skill that is allowed within the Median Division Pyramid “Release Move” is also allowed if it remains connected to a base and 2 bracers. Anytime a top person is released by the bases during a pyramid transition and does not adhere to the following rules (below), the top person must land in a cradle or dismount to the performance surface and, must following the Median Division “Dismount” Rules.

1. During a pyramid transition, a top person may pass above 2 persons high while in direct physical contact with at least 2 persons at prep level or below. Contact must be maintained with the same bracers throughout the entire transition.

Clarification 1: Twisting stunts and transitions are allowed up to 1 twist, if connected to at least 2 bracers at prep level or below with arm/arm connections. The connection must be made prior to the initiation of the skill and must remain in contact throughout the skill.

Clarification 2: Median Division Pyramid Release Moves may incorporate stunt release moves that maintain contact with 1 other top person provided that the Release Move meets the criteria established under Median Division Pyramid “Release Moves” or “Dismounts” rules.

2. The top person must remain in direct contact with at least 2 different top persons at prep level or below. One (1) of these contacts must be in a hand/arm-to-foot/lower leg (below the knee) connection.

Clarification 1: Pyramid release moves must be braced on 2 separate sides (i.e. right side & left side, left side & back side, etc.) by 2 separate bracers. A top person must be braced on 2 of the 4 sides (front, back, right, left) of her/his body.

Clarification 2: Two (2) bracers on the same side is not permitted.

Clarification 3: Contact between a top person and base(s) that are in contact with the performance surface must be made BEFORE contact with the bracer(s) is lost.

3. Primary weight may not be borne at the 2nd level.
Clarification: The transition must be continuous.
4. These release transitions may not involved changing bases.
5. These release transitions must be caught by at least 2 catchers (minimum of 1 catcher and 1 spotter) under the following conditions:
 - a. Both catchers must be stationary.
 - b. Both catchers must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.

E. プレップレベル以下の高さの1名以上のレイサーと1名以上のベースによって支持されている場合、1回転までのツイストスタンツとツイストランジションからのエクステンションスタンツが実施することが可。レイサーとは腕/手と腕/手で支持しなくてはならない。ただし、レイサーとの支持は技を開始する前に行い、技が行われている間は常に支持しなければならない。肩は腕/手とはみなされない。

F. メディアン部門ピラミッド-リリースムーブ

メディアン部門のピラミッドでのリリースムーブで許可されているすべての技は、ベースと2名のレイサーによって支持されている場合、実施することが可。ピラミッドのランジションにおいてトップがベースから離れていて、且つ以下の4つのルールを逸脱する場合、トップはクレイドルまたは競技エリアに着地すること。必ずメディアン部門のデスマウントのルールに従うこと。

1. ピラミッドランジションの間、プレップレベル以下の高さの2名以上のレイサーと直接接触していれば、トップが2段以上の高さを経過することは可。ランジション中、同じレイサーと接触し続けていなければならない。

補足1:ツイストスタンツやツイストランジションは1回転まで、プレップレベル以下の高さの2名以上のレイサーと腕と腕で支持し合うこと。レイサーとの支持は技を開始する前に行い、終了するまで支持し続けなければならない。

補足2:メディアン部門ピラミッドリリースムーブにおいて、メディアン部門のスタンツリリースムーブかデスマウントのルールに従って、他のトップ1人と接触し続けている場合には実施することが可。

2. トップは、プレップレベル以下の高さの2名以上のトップ(レイサー)と支持しなければならない。1名は腕/手と腕/手で支持しもう1名は腕/手と腕/手または腕/手と足脚/脚の下(膝下)で支持しなければならない。

補足1:ピラミッドのリリースムーブは2名のレイサーにより、トップに対し前後左右の異なる2方向から支持されていなければならない。(右と左や左と後ろ等トップは4方向(前後左右)のうちの2方向から身体を支持されていなければならない。

補足2:同じ腕を2名のレイサーが支持してはならない。

補足3:レイサーとの支持が離れる前に競技フロアにいるベースがトップに接触していなければならない。

3. トップの重心がセカンドレベルで支持されてはならない。
補足:ランジションは連続して行わなければならない。
4. ピラミッドでのリリースムーブにおいて、ベースが交代してはならない。
5. ピラミッドランジションが行われている間、2名以上のキャッチャー(最低1名のキャッチャーと1名のスポッター)が必要。
 - a. キャッチャーは静止しなければならない。
 - b. キャッチャーはランジションの間ずっとトップを見続けていなければならない。

- Release moves may not be braced/connected to the top persons above prep level.

G. MEDIAN DIVISION Pyramids-Inversions

- Must follow Median Division “Stunt Inversions”
- A top person may pass through an inverted position, during a pyramid transition, if the top person remains in contact with a base(s) that is in direct weight bearing contact with the performance surface and a bracer at prep level or below. The top person must remain in contact with both the bracer and the base throughout the transition. The base that remains in contact with the top person may extend their arms during the transition, if the skill starts and ends in a position at prep level or below.

Example 1: A flat back split which rolls to a load in position would be allowed even if the base extends their arms during the inversion skill.

Example 2: A flat back which rolls to an extended position would be not allowed because it did not first land in a position below extended level.

H. MEDIAN DIVISION

Pyramids-Release Moves w/braced inversions

- Pyramid transitions may not involve inversions while released from the bases.

MEDIAN DIVISION DISMOUNTS

Note: Movements are only considered “Dismounts” if released to a cradle or released and assisted to the performing surface.

- Cradles from single based stunts must have a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.
- Cradles from multi-based stunts must have 2 catchers and a spotter with at least 1 hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.
- Dismounts must return to the original base(s).
Exception 1: Dismounts to the performance surface must be assisted by either an original base(s) and/or a spotter(s).
Exception 2: Straight drops or small hop offs, with no additional skill(s), from the waist level or below are the only dismounts allowed to the performing surface without assistance.

Clarification: An individual may not land on the performance surface from above waist level without assistance.

- Only straight pop downs, basic straight cradles and ¼ turns are allowed from any single leg (1 leg) stunt.
- Up to a 1 ¼ twisting rotations are allowed from all 2 - leg stunts.

Clarification: Twisting from a platform position is not allowed. A Platform is not considered a 2 - leg stunt. There are specific exceptions given for the platform body position within the Median Division “Stunts” regarding Twisting Stunts and Transitions specifically.

- リリースムーブは支持されたり、プレップレベルより高い高さのトップと接触してはならない。

G. メディアン部門ピラミッド-インバージョン

- メディアン部門スタンツインバージョンルールに従うこと。
- ピラミッドトランジションにおいて、プレップレベル以下の高さのブレイサーとベースがトップに触れている 限り、トップはインバート姿勢を経過することが可。トランジションが行われている間は、トップはブレイサーおよびベースと支持し続けなければならない。プレップレベル以下の高さで技を開始、終了する場合、トップに触れているベースはトランジションの間両腕を伸ばしても良い。

例1:フラットバックスプリッツから回転してロードイン姿勢へのインバージョンは、その過程でベースの両腕を伸ばしても良い。

例2:フラットバックスプリッツから回転してエクステンションスタンツへのインバージョンは、エクステンションレベルより低い高さではないため禁止。

H. メディアン部門ピラミッド-ブレイスインバージョンを含むリリースムーブ

- ピラミッドトランジションにおいて、トップがベースから離れた状態でインバート姿勢になってはならない。

メディアン部門 ディスマウント

注意:トップがリリースされてクレイドルになる動き、リリースかつ補助されながら競技フロアに着地する動きのみを「ディスマウント」とする。

- シングルベーススタンツからのクレイドルキャッチには、別のスポッターが頭と肩の部分を守るために、腰から上の部分を少なくとも片手・腕で補助しなければならない。
- 複数ベーススタンツからのクレイドルキャッチには、2名のキャッチャーと、別にトップの頭と肩を守るために、トップの腰から 肩の部分の少なくとも片手・腕でクレイドルを補助するスポッターをつけなければならない。
- ディスマウントは必ず元のベースに戻らなければならない。
例外1:競技フロアへのディスマウントは元のベースまたはスポッターに補助されなければならない。

例外2:ウェストレベル以下のスタンツからのストレートドロップ、(安全な範囲の)ポップオフ、かつ他の技を追加しないディスマウントのみ、補助なしで競技フロアに着地しても良い。

補足:選手が補助なしでウェストレベルまたはそれ以上から競技フロアへ着地してはならない。

- 片足スタンツからのディスマウントはストレートポップダウン、ストレートクレイドルまたは ツイスト1/4回転のクレイドルのみ可。
- 全ての両足スタンツ(からのディスマウント)はツイスト1-1/4回転まで可。

補足:プラットフォームポジションからのツイストクレードルは禁止。プラットフォームは両足スタンツとはみなされない。アドバンススタンツのツイストスタンツおよびツイストトランジションでのみ、例外的に取り扱われる。

- F. No stunt, pyramid, individual, or, prop may move over or under a dismount, and a dismount may not be thrown over, under, or through stunts, pyramids, individuals, or props.
- G. Up to 1 trick is allowed during a dismount from any 2-leg stunt.
- H. Any dismount from prep level and above involving a skill/trick (e.g. twist, toe touch) must be caught in a cradle.
- I. No free flipping dismounts are allowed.
- J. Dismounts may not intentionally travel.
- K. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.
- L. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.
- M. When cradling single based stunts with multiple top persons, 2 catchers must catch each top person. Catchers and bases must be stationary prior to the initiation of dismount.
- N. Dismounts from an inverted position may not twist.

MEDIAN DIVISION TOSSES

- A. Tosses are allowed up to a total of 4 tossing bases. One base must be behind the top person during the toss and may assist the top person into the toss.
- B. Tosses must be performed with all bases having their feet on the performing surface and must land in a cradle position. Top person must be caught in a cradle position by at least 3 original bases one of which is positioned at the head and shoulder area of the top person. Bases must remain stationary during the toss.
Example: no intentional traveling tosses.
- C. Flipping, inverted or traveling tosses are not allowed.
- D. No stunt, pyramid, individual, or, prop may move over or under a toss, and a toss may not be thrown over, under, or through stunts, pyramids, individuals, or props.
- E. Up to 1 trick allowed during a toss. Twisting tosses may not exceed 1 twisting rotation.
(ex 1:Legal: toe-touch, ball out, pretty girl)
(ex 2:Illegal: Switch kick, pretty girl-kick, double toe-touch)
Clarification: The 'arch' does not count as a trick.
Exception: A Ball X toss is allowed at this level as an "EXCEPTION".
- F. During a twisting toss, no skill other than the twist is allowed.
Example: No kick fulls, ½ twist toe touches.
- G. Top persons in separate tosses may not come in contact with each other.
- H. Only a single top person is allowed during a toss.

- F. スタンツ、ピラミッド、小道具または選手が、ディスマウントを越えるもしくはくぐる、またディスマウントがスタンツ、ピラミッド、選手または小道具を越える、もしくはくぐったりしてはならない。
- G. 両足スタンツからのディスマウントには1種類だけ技を入れることが可。
- H. プレップレベル以上の高さからのディスマウントで技(ツイスト、トウタッチなど)を入れる場合、必ずクレイドルキャッチされなければならない。
- I. フリーフリップを含むディスマウントは禁止。
- J. ディスマウントは故意に別の場所に移動してはならない。
- K. ディスマウントにおいて、トップはベースにリリースされている間、お互いに接触してはならない。
- L. テンションドロップ・ロールは禁止。
- M. 複数トップを支えるシングルベーススタンツをクレイドルキャッチする際は、2名のキャッチャーがそれぞれのトップをキャッチしなければならない。キャッチャーとベースはディスマウント開始前に静止していなければならない。
- N. インバート姿勢からのディスマウントはツイストしてはならない。

メディアン部門 トス

- A. トスは最大4名のベースまで可。ベース1名は必ずトスを行っている間トップの後ろに位置しなければならない、トスに乗り込む際トップを補助しても良い。
- B. トスはベース全員が競技フロアに足をつけている状態でクレイドルキャッチをしなければならない。トップは最低3名の元のベースによってクレイドルキャッチされなければならない、うち1名はトップの頭と肩のあたりにいなければならない。ベースはトスの間は静止しなければならない。
例: 故意に移動してはならない。
- C. フリップ、インバート姿勢、移動を伴うトスは禁止。
- D. スタンツ、ピラミッド、小道具または選手が、トスを越えるもしくはくぐる、またトスがスタンツ、ピラミッド、選手または小道具を越える、もしくはくぐったりしてはならない。
- E. トスの技は1種類まで、ツイストは1回転まで可。
例1: 認められる技: トウタッチ、ボールアウト、プリティガール等
例2: 認められない技: スウィッチキック、プリティガールキック、ダブルトウタッチ等 例外: ボールXは例外として可。
補足: 「アーチ」は技としてカウントしない。
例外: ボールXは例外として可。
- F. ツイストスの場合、ツイスト以外の技を加えてはならない。
例: キックフルツイスト、1/2ツイストトウタッチなどは禁止。
- G. 別のバスケットスのトップと接触してはならない。
- H. バスケットスではトップは1名のみ可。