



2018 ICU World Cheerleading Championships
2018 ICU Junior World Cheerleading Championships
PERFORMANCE CHEER DIVISION RULES & REGULATIONS
【GLOSSARY OF TERMS】

★GLOSSARY OF TERMS

1. **Aerial Cartwheel:** An airborne tumbling skill, which emulates a cartwheel executed without placing hands on the ground.
2. **Airborne (executed by Individuals, Groups or Pairs):** A state or skill in which the performer is free of contact from a person and/or the performing surface.
3. **Airborne Hip Over Head Rotation (executed by Individuals):** An action in which the hips continuously rotate over the head and there is a moment of no contact with the performance surface. (Example: Round off or a Back Handspring).
4. **Category:** Denoting the style of the routine. (Example: Pom, Hip Hop, Jazz)
5. **Connected/Consecutive Skills:** An action in which the individual performs skills continuously, without a step, pause or break in between. (Example: Double Pirouette or Double Toe Touch.)
6. **Contact (executed by Groups or Pairs):** The state or condition of physical touching. Touching of the hair or clothing is not considered contact.
7. **Division:** Denoting the composition of a competing group of individuals. (Example: Junior, Senior)
8. **Drop (executed by Individuals):** An action in which the airborne individual lands on a body part other than his/her hand(s) or feet.
9. **Elevated:** An action in which an individual is moved to a higher position or place from a lower one.
10. **Executing Individual:** An individual who performs a skill as a part of "Groups or Pairs" who use(s) support from another individual(s).
11. **Head Level:** A designated and averaged height; the crown of the head of a standing individual while standing upright with straight legs. (Clarification: this is an approximate height to measure space, and is not changed by bending, inverting, etc.)
12. **Height of the Skill:** Where the action is taking place
13. **Hip Level:** A designated and averaged height; the height of a standing individual's hips while standing upright with straight legs. (Clarification: this is an approximate height to measure space, and is not changed by bending, inverting, etc.)
14. **Hip Over Head Rotation (executed by Individuals):** An action characterized by continuous movement where an individual's hips rotate over his/her own head in a tumbling skill (Example: Back Walkover or Cartwheel).

★用語

1. **エアリアル・カートウィール【側宙】:**空中で行うタンブリング技で、手を競技フロアにつかずに行う側転。
2. **エアボーン【空中(技)】(個人、グループ又はペアで実施):**演技者が競技フロアもしくは他者に接せずに行う技、またはその状態。
3. **エアボーン・ヒップ・オーバー・ヘッド・ローテーション【腰が頭を越える回転を含む空中技】(個人で実施):**腰が頭を越えて連続的に回転し、競技フロアに接していない瞬間がある動き。(例:ラウンドオフやバック・ハンドスプリング)
4. **カテゴリ:**ルーティーンの様式を表すもの。(例:Pom、Hip Hop、Jazz)
5. **コネクティド/コンセクティブ・スキルズ【連続技】:**個人が、技を連続した状態で、ステップや停止、ブレイクを間に含まずに行うこと。(例:ダブル・ピルエットやダブル・トータッチ)
6. **コンタクト(グループ又はペアで実施):**身体的接触がある状態・状況。毛髪や衣服の接触はコンタクトとみなされない。
7. **ディヴィジョン:**それぞれの競技グループの構成を表すもの。(例:Junior、Senior)
8. **ドロップ:(個人で実施)空中にいる個人が、手や足以外の体のパーツで着地する動き。**
9. **エレベイト:**個人が低いポジション・場所から高いポジション・場所へ移動する動き。
10. **エグゼクティング・インディビジュアル【実施選手】:**グループ又はペアの一部として技を行う際、他の選手から補助をされる人。
11. **ヘッド・レベル【頭の高さ】:**膝を伸ばして垂直に立っている状態での演技者の頭頂部の高さをさす。(補足:空間を測るための大體の高さであり、膝を曲げた状態やさかさまの状態に変化するものではない。)
12. **スキル(技)の高さ:**スキルが実施される場所(高さ)の位置
13. **ヒップ・レベル【腰の高さ】:**膝を伸ばして垂直に立っている状態での演技者の腰の高さをさす。(補足:空間を測るための大體の高さであり、膝を曲げた状態や逆さまの状態に変化するものではない。)
14. **ヒップ・オーバー・ヘッド・ローテーション【腰が頭を超える回転技】(個人で実施):**連続性のある動きによる、個人の腰が自身の頭を越えて回転するタンブリング技。(例:後方支持回転や側転)

15. **Hip Over Head Rotation (executed by Groups or Pairs)**: An action characterized by continuous movement where the Executing Individual's hips rotate over his/her own head in a lift or Partnering skill.
16. **Inversion/Inverted**: A position in which the Individual's waist and hips and feet are higher than his/her head and shoulders and there is a stop, stall or change in momentum.
17. **Inverted Skills (executed by Individuals)**: A skill in which the individual's waist and hips and feet are higher than his/her head and shoulders and is characterized by a stop, stall, or pause.
18. **Lift (executed by Groups or Pairs)**: A skill in which an individual(s) is elevated from the performance surface by one or more individuals and set down. A Lift is comprised of an Executing Individual(s) and a Supporting Individual(s).
19. **Partnering (executed by pairs)**: A skill in which two performers use support from one another. Partnering can involve both Supporting and Executing skills.
20. **Perpendicular Inversion (executed by Individuals)**: An inverted position in which the individual's head, neck and shoulders are directly aligned with the performance surface at a 90-degree angle.
21. **Prone**: A position in which the front of the individual's body is facing the ground, and the back of the individual's body is facing up.
22. **Prop**: Anything that is used in the routine choreography that is not/was not originally part of the Clarification 1: For Freestyle Pom Categories, Poms are considered part of the uniform
Clarification 2: For ParaCheer Divisions, all mobility equipment, prosthesis, and braces are considered part of the athlete unless they are removed, in which case they are considered legal props, until replaced or returned to the athlete.
23. **Shoulder Inversion (executed by individuals)**: A position in which the individual's shoulders / upper back area are in contact with the performance surface and the individual's waist and hips and feet are higher than his/her head and shoulders.
24. **Shoulder Level**: A designated and average height; the height of a standing performer's shoulders while standing upright with straight legs.
(Clarification: this is an approximate height to measure space, and is not changed by bending, inverting, etc.)
25. **Supine**: A position in which the back of the individual's body is facing the ground, and the front of the individual's body is facing up.
26. **Supporting Individual**: An individual who performs a skill as a part of "Groups or Pairs" who supports or maintains contact with an Executing Individual
27. **Toss**: A skill where the Supporting Individual(s) releases the Executing Individual. The Executing Individual's feet are free from the performance surface when the toss is initiated.
15. **ヒップ・オーバー・ヘッド・ローテーション【腰が頭を超える回転技】(グループ又はペアで実施)**:連続性のある動きによる、個人の腰が自身の頭を超えて回転するリフト又はパートナーリング技
16. **インバージョン【逆さ】**:静止、ストール、もしくははずみをつけた状態のとき、個人のウエスト/腰/両足が、頭や肩よりも高い位置にある状態。
17. **インバーテッド・スキルズ(個人で実施)**:個人のウエスト・腰が、自身の頭・肩より高い位置に来る状態で静止、ストール(フリーズ)、もしくはポーズを行う技。
18. **リフト(グループ又はペアで実施)**:1名が、1名もしくは複数名によって競技フロアから持ち上げられ、下される技。ダンスリフトは「エグゼクティング・インディビジュアル」(持ち上げられる人)と「サポーティング・インディビジュアル」(持ち上げる人)によって構成される。
19. **パートナーリング(ペアで実施)**:演技者2名が互いを支え合う力を使って行う技。パートナーリングは、技を「補助する」(Supporting)技術と「行う」(Executing)技術の両方を含む。
20. **パーペディキュラー・インバージョン(個人で実施)**:個人の頭・首・肩が、競技フロアから90度の一直線になる様、逆さになるポジション。
21. **プローン【うつ伏せ】**:体の前面が床に、背面が天井に向いている。
22. **プロップ【手具】**:衣装の一部、もしくは衣装ではないもので、振付けにおいて(演技内で)使うもの。
(補足1:PomはFreestyle Pomカテゴリーにおいて衣装の一部とみなされ、ルーティーン全体を通して使用すること)
(補足2:省略)
23. **ショルダー・インバージョン【肩の位置での逆さ状態】(個人で実施)**:演技者の肩/上背の辺りがフロアに接しており、演技者の腰や臀部、足が頭や肩よりも高い位置にある状態。
24. **ショルダー・レベル【肩の高さ】**:膝を伸ばして垂直に立っている状態での演技者の肩の高さ及びその平均の高さをさす。
(補足:空間を測るための大体の高さであり、膝を曲げた状態や逆さまの状態に変化するものではない。)
25. **スーパイン【仰向け】**:個人の背中がフロアに面し、体の全面が上を向いているポジション。
26. **サポーティング・インディビジュアル【サポート選手】**:グループ又はペアの一部として技を行う際、実施選手を支持、もしくは接触し続ける人。
27. **トス**:サポート選手が実施選手から接触を離す行為。トスが実施される際は、実施選手の足は競技フロアからも離れる事になる。

28. **Tumbling**: A collection of skills that emphasize acrobatic or gymnastic ability by an individual without contact, assistance or support of another individual(s) and begin and end on the performance surface.
29. **Vertical Inversion (executed by Groups or Pairs)**: A skill in which the Executing Individual's waist and hips and feet are higher than his/her own head and shoulders and bears direct weight on the Supporting Individual(s) by a stop, stall or change in momentum.

28. **ダンプリング**: アクロバット、体操の能力を強調した技の集まり。他の人の接触や補助、サポートなく個人によって実施され、競技フロアに接した状態で始まり、競技フロアに着地する。
29. **バーティカル・インバージョン(グループ又はペアで実施)**: 実施選手のウエスト・腰が、自身の頭・肩より高い位置に来る状態で体重を直接サポート選手に預け、静止、ストール(フリーズ)、もしくははずみをつけて転換する技。