



2016 ICU World Cheerleading Championships

TEAM CHEER DIVISIONS RULES & REGULATIONS

※原文及び訳文における赤字は今年変更、もしくは新たに変わった部分です

ICU ELITE DIVISION RULES

ELITE 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 stunt 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 levels 1-5. 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 another individual.
- C. Tumbling while holding or in contact with any prop is not allowed.
- D. Dive rolls are allowed:
Exception: 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.

ELITE DIVISION STANDING TUMBLING

- A. Skills are allowed up to 1 flipping and 1 twisting rotations.
- B. Tumbling skills involving flipping and twisting immediately into a twisting tumbling skill are not allowed.
- C. Twisting skills immediately out of a twisting tumbling skill are not allowed.

ICU エリート部門 ルール

エリート部門 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すること。

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よい。もし腰が頭を超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/トップは腰が頭を超えるトランジションやスタンツに続く前に、インバージョンではない姿勢でキャッチされ止まらなくてはいけない。

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レベル1-5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ておく。着地のリバウンドをキャッチしてディップ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。立位からのバックハンドスプリングの実施においても同様。

- B. タンブリングでスタンツ・選手・小道具を飛び越えるまたはくぐり抜けるのは不可。
補足: 選手が別の選手を飛び越えることは可。
- C. なにかしらの道具を持っているまたは触れている状態でのタンブリングは不可。
- D. ダイブロールは可。
例外1: ツイスト付きの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す。

エリート部門 スタンディングタンブリング

- A. 1回のフリップと1回のツイストは可。
- B. フリップとツイストが含まれているタンブリング技から続いてツイストタンブリング技につなげることは不可。
- C. ツイストの入ったタンブリング技からツイスト技につなげることは不可。

ELITE DIVISION RUNNING TUMBLING

- A. Skills are allowed up to 1 flipping and 1 twisting
- B. Tumbling skills involving flipping and twisting immediately into a twisting tumbling skill are not allowed.
- C. Twisting skills immediately out of a twisting tumbling skill are not allowed.

ELITE DIVISION STUNTS

- A. A spotter is required for each top above prep level.
- B. Single leg extended stunts are allowed.
- C. Twisting mounts and transitions are allowed up to 2 1/4 twisting rotations 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, would be illegal if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds 2 1/4 rotations. 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, they may continue to walk the stunt in additional rotation.

- D. Free flipping mounts and transitions are not allowed.
- E. Single based split catches are not allowed.
- F. Single based double cupies require a separate spotter for each top person.

G. ELITE DIVISION Stunts-Release Moves

- 1. Release moves are allowed but must not exceed more than eighteen inches above extended arm

Example: tic-tocks are allowed.

Clarification: If the release move exceeds more than 18 inches above the bases' extended arm level, it will be considered a toss, and must follow the appropriate "Toss" 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 plus an additional 18 inches, 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. When performing a release move from an inverted position to a non-inverted position, the bottom of the dip will be used to determine if the initial position was inverted. Release moves inverted to non-inverted positions may not twist.

Exception : Front handspring half up (1/2 twist) to extended stunt. Release moves from inverted to non-inverted positions landing at prep level or higher must have a spot.

- J. Bases may not support any weight of a top person while that base is in a backbend or inverted position.

エリート 部門 ランニングタンブリング

- A. 1回のフリップと1回のツイストは可。
- B. フリップとツイストが含まれているタンブリング技から続いてツイストタンブリング技につなげることは不可。
- C. ツイストの入ったタンブリング技からツイスト技につなげることは不可。

エリート 部門 スタンツ

- A. スポッターは、プレップレベル以上の各トップに必要。
- B. 片足のエクステンションスタンツは可。
- C. トップが競技フロアから実施するツイストを伴う乗り込みやトランジションは2 -1/4回転のツイストまで可。

補足: トップの回転に加え、同じ技のセットの中でベースの回転を伴う追加のターンは、積算で2回転を過ぎる場合は違反となる。セーフティジャッジは、1セットの技の中で回転総数をトップの腰の回転数で判断する。ツイスト技を(例えばプレップで)完成させた場合はクリアにとまっていることをみせること。その後、追加の回転などに入ること。

- D. フリーフリッピングマウントやトランジションは不可。
- E. シングルベースのスプリットキャッチは不可。
- F. シングルベースのダブルキューピーは各トップにスポッターをつけること。

G. エリート 部門スタンツ- リリースムーブ

- 1. リリースムーブは可。しかし、腕を伸ばした高さから18インチ(45.72cm)以上にならないこと。

例: ティックトックは実施可。

補足: 行ったリリースムーブがベースの伸ばした腕の18インチ以上の場合「トス」とみなされるので「トス」の該当ルールに従うこと。リリースムーブの高さの決定とはリリースの最高到達点において腰と伸ばした腕の距離がリリースの高さとなる。この距離がトップの足と18インチを足した長さを越えた場合は「トス」または「ディスマウント」とみなされ『トス』もしくは『ディスマウント』の該当ルールに従うこと。

- 2. リリースムーブでは逆さ状態での着地は禁止。リリースムーブを逆さ状態から逆さではない状態へ実施する場合、開始のポジションが逆さかどうかは、ディップして下がった地点のトップの姿勢が逆さかどうかで判断される。リリースムーブを逆さ状態から逆さではない状態へ実施する場合、ツイストを伴うのは禁止。

例外: フロントハンドスプリング1/2回転のエクステンションスタンツになるのは可。逆さ状態から逆さでないプレップレベルまたはそれ以上にリリースムーブをする場合、スポットをつけなければならない。

- J. ベースが体を反っていたり、逆さ状態になっていたりする時は、トップの体重を支えるのは禁止。

ELITE DIVISION PYRAMIDS

- A. Pyramids must follow Level 5 "Stunts" and "Dismounts" rules and are allowed up to 2 high.
- B. Top persons must receive primary support from a base.
- C. **ELITE DIVISION PYRAMIDS - Release Moves**

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

Clarification: Contact must be made with a base on the performing surface BEFORE contact with the bracer(s) is lost.

- 2. Primary weight may not be borne at 2nd level.
Clarification: The transition must be continuous.
- 3. Non-inverted pyramid release moves must be caught by at least 2 catchers (minimum of one catcher and one spotter).
 - a. Both catchers must be stationary
 - b. Both catchers must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.
- 4. Non inverted transitional pyramids may involve changing bases. When changing bases:
 - a. The top person must maintain physical contact with a person at prep level or below.
Clarification: Contact must be made with a base on the performing surface BEFORE contact with the bracer(s) is lost.
 - b. The top person must be caught by at least 2 catchers (minimum of one catcher and one spotter). Both catchers must be stationary and may not be involved with any other skill or choreography when the transition is initiated. (The dip to throw the top person is considered the initiation of the skill.)

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

D. ELITE DIVISION Pyramids-Inversions

- 1. Must follow Elite stunt inversions rules.

E ELITE DIVISION Pyramids-Release moves w/ braced inversions

- 1. Pyramid transitions may involve braced inversions (including braced flips) while released from the bases if contact is maintained with at least 1 person at prep level or below. Contact must be maintained **with the same bracer** throughout entire transition with either the top person(s) or the base(s).

Clarification: Contact must be made with a base on the performing surface BEFORE contact with the bracer(s) is lost.

- 2. Braced inversions (including braced flips) are allowed up to 1-1/4 flipping rotations and 1/2 twisting rotations.

エリート部門 ピラミッド

- A. ピラミッドではレベル5「スタunts」と「ディスマウント」ルールに従うこと、且つ、高さは2段まで可。
- 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。
- C. **エリート部門ピラミッド リリースムーブ**

- 1. ピラミッドトランジションを行っている間、トップはプレップレベル以下の少なくとも1名のブレイサーがいる場合のみ2段の高さを越えてもよい。トランジションが行われている間は、**同じブレイサーと支持し続けること。**
補足: ブ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触れなければならない。

- 2. トップの重心が2段レベルで支持されるのは禁止。
補足: トランジションは連続して行われなければならない。
- 3. 逆さ状態にならないようにピラミッドのリリースムーブは、最低2名のキャッチャーでキャッチされなければならない(最低1名のキャッチャーと1名のスポッター)。
 - a. どちらのキャッチャーも移動してはならない。
 - b. トランジションし続けている間は、どちらのキャッチャーもトップを見続けていなくてはならない。
- 4. 逆さ状態にならないトランジショナル・ピラミッドではベースは交代をしてもよい。その際には:
 - a. トップは、プレップレベルまたはそれ以下の人と支持されなければならない。
補足: ブ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と接触していなければならない。
 - b. トップは最低でも2名のキャッチャー(キャッチャー1名とスポッター1名)にキャッチされなければならない。キャッチャー2名は移動してはいけない。またトランジションしている間に他の技や振付を行うことは禁止。(トップを投げるためにディップすることは技の開始とみなされる。)

- 5. **リリースムーブはプレップレベルよりも高い高さのトップと支持してはならない。**

D. エリート部門ピラミッド - インバージョン

- 1. エリートスタuntsインバージョンルールに従うこと。

E エリート部門ピラミッド - ブレイスインバージョンを含むリリースムーブ

- 1. ブレイスインバージョン(ブレイス・フリップ)を含むトランジションを行う時は、プレップレベルまたはそれ以下の最低でも1名のブレイサーと支持し続けなければならない。トランジションが行われている間は、**同じブレイサーまたはベースと支持し続けること。**
補足: ブ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と接触していなければならない。

- 2. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップも含む)は1-1/4回のフリップ、または1/2回のツイストまで可。

3. Release moves must return to original bases.
Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance.
Exception: See Dismount "C".
Exception: Dismounting True Double Cupies.
4. Helicopters are allowed up to a 180 degree rotation and must be caught by at least 3 catchers, one of which is positioned at head and shoulder area of the top person.
5. Release moves may not intentionally travel.
6. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
7. Top persons in separate release moves may not come in contact with each other. Exception: Dismounting True Double Cupies.

H. ELITE DIVISION Stunts-Inversions

1. Extended inverted stunts allowed. Also, see "Stunts" and "Pyramids."
2. Downward inversions are allowed from prep level and above and must be assisted by at least 3 catchers, at least 2 of which are positioned to protect the head and shoulder area. Contact must be initiated at the shoulder level (or above) of the bases.

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

Clarification: Downward inversion originating from prep level or below do not require three bases.

Exception: A controlled power pressing of an extended inverted stunt (example: needle or handstand) to shoulder level is allowed.

3. Downward inversions must maintain contact with an original base.
Exception: The original base may lose contact with the top person when it becomes necessary to do so (example: cartwheel-style transition dismounts).
4. Downward inversions from above prep level:
 - a. May not stop in an inverted position. (Example: A cartwheel roll off would be legal because the top person is landing on their feet) Exception: A controlled power pressing of an extended inverted stunt (example: needle or handstand) to shoulder level is allowed.
 - b. May not land on or touch the ground while inverted.

Clarification: Prone or supine landings from an extended stunt must visibly stop in a non-inverted position and be held before any inversion to the ground.
5. Downward inversions may not come in contact with each other.

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するのは禁止。

例外: ディスマウント Cを参照。
例外: シングルベースのダブルキューピーのディスマウント。
4. ヘリコプターは180度回転まで可。最低3名でキャッチし、そのうちの1名はトップの頭と肩を守る位置にいないといけない。
5. リリースムーブは故意に別の場所へ投げるのは禁止。
6. リリースムーブで他のスタンツ・ピラミッド・選手を超えたり、くぐるのは禁止。
7. リリースムーブされたトップ同士が接触することは禁止。
例外: トゥルーダブルキューピーからのディスマウント

H エリート 部門 スタンツ-インバージョン

1. 逆さ姿勢のエクステンションスタンツは可。「スタンツ」と「ピラミッド」参照。
2. ダウンワードインバージョンはプレップレベルまたはそれ以上からなら実施可。最低3名のキャッチャーが補助しなければならない。その内の2名は頭と肩を守る位置であること。この接触はベースのショルダーレベル(またはそれ以上)から行わなければならない。

補足: 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: プレップレベルまたはそれ以下からのダウンワードインバージョンはベースが3名でなくてもよい。

例外: エクステンションの高さのインバージョン・スタンツ(例: ニードル、倒立)をパワープレスでショルダーレベルに降ろすのは可。

3. ダウンワードインバージョンは元のベースと接触を維持しなければならない。
例外: やむを得ず元のベースの接触が失われる場合(例: 側転スタイルの展開のディスマウント)。
4. プレップレベル以上からのダウンワードインバージョンの場合:
 - a. 逆さ状態でとまらない(例: トップが両足で着地するのであれば側転も可)。例外: エクステンションの高さのインバージョン・スタンツ(例: ニードル、倒立)をパワープレスで肩の高さに降ろすのは可。
 - b. ダウンワードインバージョンから着地または競技フロアに接することは禁止。

補足: エクステンションからのうつ伏せ、あおむけの着地は地面に着くまえに逆さでない状態で止まっていることがわかるようにすること。
5. ダウンワードインバージョン同士が接触することは禁止。

3. Braced inversions (including braced flips) that exceed 1/2 twisting rotations are only allowed up to a 3/4 flipping rotation provided release is initiated from an upright, non-inverted position, doesn't transition past a horizontal position (i.e. cradle, flatback, prone) and doesn't exceed one twisting rotation. Clarification: LEGAL - An athlete tossed from an upright, non-inverted position (i.e. basket toss or sponge) performing a full twist and a backward 3/4 rotation to a prone position while in contact with one bracer.

4. Inverted transitional pyramids may involve changing bases.

5. Braced inversions (including braced flips) must be in continuous movement.

6. All braced inversions (including braced flips) that do not twist must be caught by at least 3 catchers.

Exception: Brace flips that land in an upright position at prep level or above require a minimum of 1 catcher and 2 spotters.

a. The 3 catchers / spotters must be stationary.

b. The 3 catchers / spotters must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.

c. The 3 catchers / spotters may not be involved with any other skill or choreography when the transition is initiated. (The dip to throw the top person is considered the initiation of the skill.)

7. All braced inversions (including braced flips) that twist (including 1/4 and higher) must be caught by at least 3 catchers. All 3 catchers must make contact during the catch.

a. The catchers must be stationary.

b. The catchers must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.

c. The catchers may not be involved with any other skill or choreography when the transition is initiated. (The dip to throw the top person is considered the initiation of the skill.)

8. Braced inversions (including braced flips) may not travel downward while inverted.

9. Braced flips may not come in contact with other stunt / pyramid release moves.

10 Braced inversions (including braced flips) may not be braced / connected to top persons above prep level.

ELITE 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 separate spotter with at least one 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 two catchers and a separate spotter with at least one hand/arm supporting the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area through the cradle.

3. ブレイスインバージョン (ブレイスフリップも含む) で1/2回のツイストを超えてよいのは3/4回までのフリップを行う場合のみとする。トップが逆さ姿勢でなく地面に垂直な状態からスタートすること、水平姿勢(クレイドル、フラットバック、うつぶせ)からの移行でないこと、ツイストは1回を超えないこと。補足: 違反でない技-トップが直立、逆さでない姿勢から(バスケットカスポンジ)トスされ1名のブレイサーに支持されながら1回のツイストを含む後方3/4フリップを行い、うつぶせでキャッチされる。

4. トップが逆さになるトランジショナルピラミッドはベースの交代をしてもよい。

5. ブレイスインバージョン (ブレイスフリップも含む) は連続した動きであること。

6. ツイストしないブレイスインバージョン (ブレイスフリップも含む) は最低でも3名でキャッチされること。

例外: ブレイスフリップから、ブレップ以上の高さで直立姿勢になる場合、最低1名のキャッチャーと2名のスポッターが必要。

a. 3名のキャッチャー/スポッターは移動しないこと。

b. 3名のキャッチャー/スポッターはトランジションの間ずっとトップを見ていること。

c. 3名のキャッチャー/スポッターはトランジションの間は他の技や振付を行うことは禁止。(トップを飛ばすためのディップは技の開始とみなす。)

7. ツイスト(1/4回転以上を含む)を含むすべてのブレイスインバージョン(ブレイスフリップ)は最低3名でキャッチされること。すべての3名のキャッチャーはキャッチのときに触れていなければならない。

a. キャッチャーは移動しない。

b. トランジションの間中、キャッチャーはトップを見ていること。

c. キャッチャーは展開が行われている間は他の技や振付には入らないこと。(トップを飛ばすためのディップは技の開始とみなす。)

8. ブレイスインバージョン (ブレイスフリップも含む) はその姿勢の間、下降してはいけない。

9. ブレイスフリップは他のスタンツやピラミッドのリリースムーブと接触することは禁止。

10 ブレイスインバージョン(ブレイスフリップを含む)はブレップレベルよりも高い高さのトップと支持してはならない。

エリート 部門ディスマウント

注意: トップがリリースされクレイドルになる動き、リリースかつ補助し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/腕で補助すること。

B. 複数ベースからのクレイドルキャッチには2名のキャッチャ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/腕で補助すること。

- C. Dismounts to the performing surface must be assisted by an original base or spotter.**
Exception: 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 performing surface from above waist level without assistance.

- D.** Up to a 2-1/4 twisting rotations allowed from all stunts.
E. 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 prop.
F. No free flipping dismounts allowed.
G. Dismounts must return to original base(s).
H. Dismounts may not intentionally travel.
I. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.
J. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.
K. When cradling single based double cupies, 2 catchers must catch each top person. Catchers and bases must be stationary prior to the initiation of dismount.

ELITE 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.

Clarification: no intentional traveling tosses

Exception: A 1/2 turn is allowed by bases as in a kick full basket.

- C. The top person in a toss must have both feet in/on the hands of the bases when the toss is initiated.**
D. Flipping, inverted or traveling tosses are not allowed.
E. 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.
F. Up to 2-1/2 twisting rotations allowed.
G. Top persons in separate basket tosses may not come in contact with each other and must become free of all contact from bases, bracers and/or top persons.
H. Only a single top person is allowed during a basket toss.

- C. フロアへのディスマウントは必ず元のベースまたはスポッターが補助すること。**
例外: 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よい。

補足: 選手が補助なしでウエストレベルまたはそれ以上から競技フロアへおろすことは禁止。

- D.** 全てスタンツからのツイストは2-1/4回まで可。
E. スタンツ、ピラミッド、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、選手または道具を越えるもしくはくぐることは禁止。
F. フリーフリップを含むディスマウントは禁止。
G. ディスマウントは元のベースに戻ること。
H. ディスマウントは意図的に別の場所に移動することは禁止。
I. 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、お互いに接触することは禁止。
J. いかなる場合もテンションドロップ//ロールは不可。
K. シングルベースのダブルキューピーからのクレイドルは、各トップがそれぞれ2名のキャッチャーにキャッチされること。キャッチャーもベースもディスマウントの開始から場所を動かないこと。

エリート部門トス

- 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トスに入る際トップを補助してもよい。
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、キャッチャー1名はトップの頭と肩を保護できる場所をクレイドルキャッチしなければならない。ベースはトスの間は動いてはならない。

補足: 故意に移動するトスは禁止。

例外: キックフルバスケットトスのキャッチの際、ベースの1/2回転は可。

- C. トスの開始時、トップは両足がベースの手に載っていること。**
D. フリップ、逆さ姿勢、違う場所への移動を伴うトスは不可。
E. スタンツ、ピラミッド、選手、道具がトスを飛び越えたりくぐるのは禁止。トスをスタンツ、ピラミッド、選手、道具の上や下へ投げてはならない。
F. ツイスト 2-1/2回まで可。
G. 別のバスケットトスのトップと接触することは禁止。ベース、プレイヤー、その他のトップとも離れること。
H. バスケットトスではトップは1名のみ可。

ICU PREMIER DIVISION RULES

PREMIER DIVISION GENERAL TUMBLING

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

Exception 1: Tumbler may rebound from his/her feet into a stunt 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.**

Exception 2: Round off rewinds and standing single back handspring rewinds are allowed. No tumbling skills prior to the round-off or standing BHS are permitted.

- B. Tumbling over, under, or through a stunt, individual, or prop, is not allowed.

Clarification: An individual may jump over another individual.

- C. Tumbling while holding or in contact with any prop is not allowed.

- D. Dive rolls are allowed:

Exception: Dive rolls that involve twisting are not allowed.

PREMIER DIVISION STANDING/RUNNING TUMBLING

- A. Skills are allowed up to 1 flipping and 1 twisting

PREMIER DIVISION STUNTS

- A. A spotter is required:

1. During extended, one-arm stunts other than an cupies or liberties. Clarification: A on-arm heel stretch, arabesque, high torch, scorpions, bow and arrow, etc. require a spotter.
2. When the load/transition involves a twist greater than 360 degrees or an inversion.
3. During stunts in which the top person is in an extended inverted position.
4. When the top person is released from above ground level to a 1 arm stunt.

- B. Twisting stunts and transitions are allowed up to 2 twisting rotations 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, would be illegal if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds 2 rotations. 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.*

ICUプレミア部門ルール

プレミア部門 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すること。

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よい。もし腰が頭を超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/トップは腰が頭を超えるトランジションやスタンツに続く前に、インバージョンではない姿勢でキャッチされ止まらなくてはいけぬ。

例外2: ラウンドオフからのリワインドと立位のシングルバックハンドスプリングからのリワインドは可。ただしラウンドオフやバックハンドスプリングの前に他のタンブリング技を付け加えることは禁止。

- B. タンブリングでスタンツ・選手・小道具を飛び越えるまたはくぐり抜けるのは不可。

補足: 選手が他の選手をタンブリング技以外で飛び越えるのは可。

- C. なにかしらの道具を持つ、触れている状態でのタンブリングは不可。

- D. ダイブロールは実施可。

例外1: ツイストを含むダイブロールは不可。

プレミア部門スタンディング/ランニングタンブリング

- A. フリップ1回転とツイスト1回転は可。

プレミア部門スタンツ

- A. 以下の場合はスポッターが必要。

1. キューピーやリパティエ以外の片手エクステンションスタンツを行う場合。補足: ヒールストレッチ・アラベスク・ハイトーチ・スコープオン・ポウアンドアロウ等を実施する場合も必ずスポッターを付けること。
2. 360度以上のツイストまたはインバージョンを含む乗り込みやトランジションを行う場合。
3. トップがエクステンションの高さでの逆さ姿勢の場合。
4. トップがグラウンドレベルの高さから片手/腕のスタンツに移行するスタンツの場合。

- B. 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とトランジションは2回転まで可。

補足: トップの回転に加え同じ技のセットの中でベースの回転を伴う追加のターンは、積算で2回転を過ぎる場合は違反となる。セーフティージャッジは、1セットの技の中での回転総数をトップの腰の回転数で判断する。ツイスト技を(例えばプレップで)完成させた場合は、**トップが静止し明確ににとまっていることをみせること**。その後追加の回転に入ること。

- C. Rewinds (Free flipping) and assisted flipping stunts and transitions are allowed. Rewinds must originate from ground level only and are allowed up to 1 flipping and 1 1/4 twisting rotations.

Exception 1: Rewinds to a cradle position are 1 1/4 flips. All rewinds caught below shoulder level must use 2 catchers. (Example: a rewind that lands in a straddle position)

Exception 2: Round off rewinds and standing single back handspring rewinds are allowed. No tumbling skills prior to the round-off or standing BHS are permitted.

Clarification: Free flipping stunts and transitions that do not start on the performing surface are not allowed.
Clarification: Toe pitch, leg pitch and similar types of tosses are not allowed in initiating free flipping skills.

- D. Single based split catches are not allowed.
E. Single based double cupies require a separate spotter for each top person
F. **PREMIER DIVISION STUNTS-Release Moves**

1. Release moves are allowed but must not exceed more than eighteen inches above extended arm level.
Clarification: If the release move exceeds more than 18 inches above the bases' extended arm level, it will be considered a toss or a dismount, and must follow the appropriate "Toss" or "Dismount" rules.
2. Release moves may not land in an inverted position.
3. Release moves must return to original bases.
Exception 1: Coed style tosses to a new base are allowed if the stunt is thrown by a single base and caught by at least one base and an additional spotter who are not involved in any other skill or choreography when the transitions is initiated.

Exception 2: Toss Double Cupies are allowed without returning to original base(s).

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

4. Helicopters are allowed up to a 180 degree rotation must be caught by at least 3 catchers, one of which is positioned at head and shoulder area of the top person.
5. Release moves may not intentionally travel. See exception in #3 above.
6. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
7. Top persons in separate release moves may not come in contact with each other.

Exception: Double Cupies.

- G. **PREMIER DIVISION STUNTS -Inversions**

1. Downward inversions from above prep level must be assisted by at least 2 catchers. Top person must maintain contact with a base.

- C. フリーフリッピングと補助されてのフリッピングスタuntsとトランジションは実施可。リワインドは必ずグランドレベルから始めフリップ1回転とツイスト1-1/4回転まで実施可。

例外1: クレイドルに入るリワインドは1-1/4まで実施可。全てのリワインドはショルダーレベル以下で2名のキャッチャーがキャッチすること。(例: ストラドルポジションに着地するリワインド)

例外2: ラウンドオフと立位のシングルハンドスプリングからのリワインドは実施可。ラウンドオフまたはバックハンドスプリングの前に他のタンプリング技を加えてはいけない。

補足: フリーフリッピングのスタuntsと競技フロアから始まっていないスタuntsトランジションは不可。補足: トウピッチ、レッグピッチ、トスに類似したもの(トスも含む)はフリーフリッピングスキルの導入での不可。

- D. シングルベースのスプリットキャッチは実施不可。
E. シングルベースのダブルキューピーは各トップにスポッターをつけること。
F. **プレミア部門スタunts-リリースムーブ**

1. リリースムーブは可。しかし、伸ばした腕から18インチ(45.72cm)以上にならないこと。

補足: 行ったりリリースムーブがベースの伸ばした腕の18インチ以上の場合トスもしくはディスマウントとみなされるので、『トス』もしくは『ディスマウント』の該当ルールに従うこと。

2. リリースムーブから逆さ状態で着地することは禁止。
3. リリースムーブは元のベースに戻ること。
例外1: コエドスタイルのトス(シングルベースから投げられる等)の場合、振付や技を行っていない別のベース・スポッターにキャッチされても良い。

例外2: トスダブルキューピーは元のベースに戻らなくてもよい。

補足: ウェストレベル以上から補助なしで競技フロアに着地するのは禁止。

4. ヘリコプターは180度回転まで可。最低3名でキャッチし、そのうちの1名はトップの頭と肩を守る位置にいないなければならない。
5. リリースムーブは故意に別の場所に投げてはいけない。上記3を参照。
6. リリースムーブは他のスタunts、ピラミッド、選手を越えたり、くぐるのは禁止。
7. リリースムーブされたトップ同士が接触することは禁止。

例外: ダブルキューピー

- G. **プレミア部門スタunts-インバージョン**

1. ブレックレベル以上からのダウンワードインバージョンは最低2名のキャッチャーに補助されていること。トップとベース1名は接触を維持しなければならない。

PREMIER DIVISION PYRAMIDS

- A.** Pyramids are allowed up to 2-1/2 high.
- B.** For 2-1/2 high pyramids, there must be at least two spotters, one providing additional pyramid support, and both designated for each person who is above two persons high and whose primary support does not have at least one foot on the ground. Both spotters must be in position as the top person is loading onto the pyramid. One spotter must be behind the top person and the other must be in front of the top person or at the side of the pyramid in a position to get to the top person if they were to dismount forward. Once the pyramid shows adequate stability and just prior to the dismount, this spotter can move to the back to catch the cradle. As pyramid design varies greatly, we recommend a review of any new pyramids where the spotting position may be in question. *Clarification: For all "2-1-1 thigh stand tower" pyramids, there must be a spotter who is in not in contact with the pyramid in place behind the top person and one bracer to assist the thigh stand middle layer.*
- C.** Free-flying mounts originating from ground level, may not originate in a handstand position, and are allowed up to 1 flipping (3/4 maximum free flip between release and catch) and 1 twisting rotation, or 0 flipping and 2 twisting rotations. Free-flying mounts originating from above ground level are permitted, may not originate in a handstand position, and are allowed up to 1 flipping (3/4 maximum free flip between release and catch) and 0 twisting rotation, or up to 0 flipping and 2 twisting rotations. Free-flying mounts may not significantly exceed the height of the intended skill and may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
- D. PREMIER DIVISION Pyramids-Release Moves**
1. During a pyramid transition, a top person may pass above 2-1/2 high
 - a. Anytime a pyramid release moved is released from a second layer base and is caught by a second layer base, the second layer base that is catching the top person must also be the second layer base that originally released the top person. (i.e. 2-1-1 thigh stand tower tick-tocks)
 - b. Free release moves from 2 yz high pyramids may not land in a prone or inverted position.
- E. PREMIER DIVISION Pyramids-Inversions**
1. Inverted stunts are allowed up to 2-1/2 persons high.
 2. Downward inversions from above prep level must be assisted by at least 2 bases. Top person must maintain contact with a base or another top person.

プレミア部門ピラミッド

- A.** ピラミッドは2段半の高さまで実施可。
- B.** 2-1/2 highピラミッドを行う際に、2highを超える高さ位置にトップがいて、それを支えている人の少なくとも片足が競技フロアに接していない場合、それぞれのトップに少なくとも2名以上のスポッターをつけること。両方のスポッターは、トップをピラミッドに乗せる際にスポットの位置についていること。一方のスポッターは、トップの後方、もう一方は前方に配置するか、側面に配置してトップが前方へ落ちた場合に前方まで動けるようにすること。ピラミッドが安定した後、ディスマウントに入る直前には、スポッターはクレイドルに入るため後方へ移動してよい。ピラミッドは様々に変化するため、すべてのピラミッドにここで求められているスポッターの配置につけているかその都度確認することを勧める。
補足: 2-1-1サイスタンドタワーピラミッドを行う場合、トップの後方にピラミッドに触れていないスポッターを付けること。ミドル層のサイスタンドを支える人が必要な場合、この人はこのスポッターの役割を担うことはできず、ピラミッドに触れていないスポッターが必要。
- C.** グランドレベルから始まるフリーフライングマウントで倒立姿勢になるのは禁止。グランドレベルからのフリーフライングマウントは、フリップ1回転(フリップ最大3/4回転) + ツイスト1回転まで可。または、フリップなしでのツイスト2回転まで可。グランドレベルよりも上からスタートするフリーフライングマウントは、ツイスト無しのフリップ1回転(最大3/4回転フリップ)、またはフリップ無しのツイスト2回転まで可。フリーフライングマウントは、乗せようとしている技の高さを著しく超えてはならず、他のスタンツピラミッド・選手を越えたりくぐることは禁止。
- D. プレミア部門ピラミッド-リリースムーブ**
1. ピラミッドでトランジションを行う場合、トップは以下の場合には2段半の高さを越えてもよい。
 - a. 2層目ベースからリリースムーブされ2層目ベースによってキャッチされるピラミッドはいかなる時でも、トップは元の2層目ベースにキャッチされなければならない。(例: 2-1-1サイスタンドタワーのティックトック)
 - b. 2-1/2からのフリーリリースムーブは、うつぶせ状態または逆さの状態では地面に着いてはいけない。
- E. プレミア部門ピラミッド-インバージョン**
1. 逆さ姿勢を伴うスタンツは2段半の高さまで可。
 2. プレップレベル以上からのダウンワードインバージョンは最低2名のベースに補助されること。トップはベースまたは他のトップと接触し続けること。

F. PREMIER DIVISION Pyramids-Release Moves w / Braces Inversions

1. Braced flips are allowed up to up to 1-1/4, flipping and 1 twisting rotation.
2. Braced flips are allowed if direct physical contact is maintained with at least 1 top person at prep level or below and must be caught by at least 2 catchers.

Exception 1: Braced inversions to 2 ½ high pyramids may be caught by 1 person.

3. All braced inversions (including braced flips) that land in an upright position at prep level or above require at least 1 base and 1 additional spotter under the following conditions:
 - a. The base/spotter must be stationary.
 - b. The base/spotter must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.
 - c. The base/spotter may not be involved with any other skill or choreography when the transition is initiated.

G. Free released moves from 2 1/2 high pyramids:

1. May not land in a prone or inverted position.
2. Are limited to 0 flipping and 1 twisting rotation.

H. One are extended Paper Dolls require a spotter for each top person.

PREMIER DIVISION DISMOUNTS

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

- A. Single based cradles that exceed 1-1/4 twisting rotations must have a spotter assisting the cradle with at least one hand/arm supporting the head and shoulder of the top person.
- B. Dismounts to the performing surface must be assisted by an original base or spotter.
Exception: Straight drops or small hop offs, with no additional skills, from waist level or below are the only dismounts allowed to the performing surface that do not require assistance.

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

F. プレミア部門ピラミッド-リリースムーブ / ブレイスインバージョン

1. ブレイスフリップは、1-1/4回とツイスト 1 回転可。
2. ブレイスフリップは、プレップレベルまたはそれ以下のトップ(1名以上)と身体の接触があれば、実施可。そして2名以上のキャッチャーによってキャッチされなければならない。

例外1: ブレイスインバージョンから2-1/2 highのピラミッドへ移行する場合、キャッチャーは1名でもよい。

3. すべてのブレイスインバージョン(ブレイスフリップを含む)から、直立姿勢でプレップレベル以上の高さになる場合、以下の条件下では1名以上のベースと1名の追加のスポッターが必要。
 - a. ベース・スポッターは静止していること。
 - b. ベース・スポッターはトランジションが行われている間、トップを見続けていること。
 - c. ベース・スポッターは、トランジションの開始時に他の技や振付を行ってはならない。

G. 2 段半の高さのピラミッドからのフリーリリースムーブは

1. うつ伏せや逆さの状態で着地することは禁止。
2. フリップ回転なし、ツイスト1回転まで。

H. エクステンションレベルでのPaper Dollには各トップにスポッターが必要。

プレミア部門ディスマウント

注意: トップがリリースされクレイドルになる動き、リリースかつ補助し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. 1-1/4回を越えるツイストを伴うシングルベースクレイドルは、スポッターがトップの頭と肩を保護するため最低でも片方の手/腕で補助しなければならない。
- B. フロアへのディスマウントは必ず元のベースまたはスポッターが補助すること。
例外: 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よい。

補足: 選手は、腰の高さ以上から補助なしで競技フロアへ着地するのは禁止。

- C. Up to a 2-1/4 twist cradle is allowed from all stunts and pyramids up to 2 persons high and requires at least 2 catchers. Cradle from 2-1/4 high pyramids are allowed up to 1-1/2 twist and require 3 catchers, 1 of which must be stationary at the initiation of the cradle.

Exception: 2-1-1 thigh stands may perform 2 twists from a forward facing stunt only (example: extension, liberty, heel stretch).

- D. Free released dismounts from 2 1/2 high pyramids may not land in a prone or inverted position.
- E. Free flipping dismounts to a cradle:
1. Are allowed up to 1-1/4, flipping and 1/2 twisting rotations (Arabians).
 2. Require at least 2 catchers, one of which is an original base.
 3. May not intentionally travel.
 4. Must originate from prep level or below. (May not originate from 2 1/2 pyramid.)

Exception: 3/4 front flip to cradle may occur from a 2 1/2 high pyramid and requires 2 catchers, 1 on each side of the top person and 1 of which must be stationary when the cradle is initiated, 3/4 front flip to cradle from 2 1/2 high may not twist.

- F. Free flipping dismounts to the performing surface are only allowed in front flipping rotation:
Clarification: Back flipping dismounts must go to cradle.
1. Allowed up to 1 front flipping and 0 twisting rotations.
 2. Must return to an original base.
 3. Must have a spotter.
 4. May not intentionally travel.
 5. Must originate from prep level or below. (May not originate from 2 1/2 high pyramid.)
- G. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.
- H. When cradling single based double cupies 2 catchers must catch each top person. Catchers and bases must be stationary prior to the initiation of the dismount.
- I. Cradles from 1 arm stunt that involve a twist must have a spotter assisting the cradle with at least one hand-arm supporting the head and shoulder of the top person.
- J. Dismounts may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
- K. Dismounts must return to original base(s).
Exception: Double Cupies do not need to return to original base(s)
- L. Dismounts may not intentionally travel.
- M. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.

PREMIER 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.
Exception 1: Fly away tosses that would go over the back person.
Exception 2: Arabians in which the 3rd person would need to start in front to be in position to catch a cradle.

- C. 2段の高さのスタンツやピラミッドからはツイスト 2-1/4回転クレイドルまで可。ただし最低2名のキャッチャーのキャッチが必要。2段半のピラミッドからのクレイドルはツイスト 1-1/2回転まで可能。ただし2名のキャッチャーが必要であり、その内の1名はクレイドル開始から静止していなければならない。

例外: 2-1-1でトップが正面を向いているサイスタンドは2回のツイストまで可。(例: エクステンション、リバティ、ヒールストレッチ)

- D. 2段半のピラミッドからのフリーリリースディスマウントはうつぶせや逆さ姿勢での着地は禁止。
- E. クレイドルのフリーフリッピングディスマウント:
1. フリップ 1-1/4回転とツイスト 1/2回転まで実施可(アラビアン)。
 2. 最低2名のキャッチが必要であり、その内の1人は元のベースであること。
 3. 故意に移動することは禁止。
 4. プレップもしくはそれ以下のレベルから始めなくてはならない。(2-1/2ピラミッドから始めてはならない。)

例外: 3/4回転フロントフリッピングのクレイドルは2-1/2ピラミッドから行う場合、2名のキャッチャーが必須。キャッチャーはトップの両サイドに位置すること。うち1名はクレイドルの開始から静止していなければならない。2-1/2の高さからのフロントフリッピング3/4回転クレイドルを実施する際、ツイストは禁止。

- F. 競技フロアへのフリーフリッピングディスマウントはフロントフリッピングのみ実施可:
補足: バックフリッピングディスマウントはクレイドルにならない。
1. フロントフリッピング1回転とツイスト0回転は可。
 2. 元のベースに戻らなければならない。
 3. 1名のスポッターを付けなければならない。
 4. 故意に移動することは禁止。
 5. プレップレベルまたはそれ以下から始めなければならない。(2-1/2の高さのピラミッドから始めてはいけない)

- G. いかなる場合もテンションドロップ/ロールは実施不可
- H. シングルベースのダブルキューピーからのクレイドルは、各トップがそれぞれ2名のキャッチャーにキャッチされること。キャッチャーもベースもディスマウントの開始から場所を動かないこと。
- I. ツイストを含む片手/腕スタンツからのクレイドルの際、クレイドルを補助する為の1名のスポッターが必須。スポッターは少なくとも片方の手/腕でトップの頭と肩を補助すること。
- J. ディスマウントでは他のスタンツやピラミッドまたは選手を超えたりくぐることは禁止。
- K. ディスマウントでは元のベースに戻らなければならない。
例外: ダブルキューピーは元のベースに戻らなくてもよい。
- L. ディスマウントでは故意に移動することは禁止。
- M. ディスマウントにおけるトップ同士は、ベースからリリースされている間接触することは禁止。

プレミア部門トス

- A. トスは最大4名のベースまで可。ベースの1名はトスの間トップの後ろにいないとせず、トスに入るときにトップを補助してもよい。
例外1: 後ろの人を超えて飛ばすトスは可。
例外2: アラビアンでクレイドルキャッチのポジションになるため3人が前で開始してもよい。

- B.** Tosses must be performed from ground level 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. Tosses may not be directed so that the bases must move to catch the top person.
- C.** **The top person in a toss must have both feet in/on hands of bases when the toss is initiated.**
- D.** Flipping tosses are allowed up to 1-1/4 flipping rotation and 2 additional skills. A tuck, pike or lay out are not counted in the 2 additional skills. A pike open double full is legal. A tuck X-out double full is illegal because the X-out is considered a skill

Legal (Two Skills)	Illegal (Three Skills)
Tuck flip, X-Out, Full Twist	Tuck flip, X-Out, Double Full Twist
Double Full-Twisting Layout	Kick, Double Full-Full Twisting Layout
Kick, Full-Twisting Layout	Kick, Full-Twisting Layout, Kick
Pike, Open, Double Full-Twist	Pike, Split, Double Full-Twist
Arabian Front, Full-Twist	Full-Twisting Layout, Split, Full-Twist

NOTE: An Arabian Front followed by a 1 % twist is considered to be a legal skill.

- E.** 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.
- F.** Non-flipping tosses may not exceed 3-1/2 twists.
- G.** Top persons tossed to another set of bases must be caught in a cradle position by at least 3 stationary catchers. Catchers may not be involved in any other choreography and must have visual contact with top person when the toss is initiated and must maintain visual contact throughout the entire toss. The toss is allowed up to 0 flipping and 1-1/2 twisting rotations or 3/4 front flips with 0 twists. The bases involved in the toss must be stationary while tossing.
Exception: 3/4 front flips with no twists are allowed.
- H.** **Top persons in separate basket tosses may not come in contact with each other and must become free of all contact from the bases, bracers and /or other top persons.**
- I.** Only a single top person is allowed during a basket toss.

- B.** トスはベース全員がグラウンドレベルに足をつけている状態から開始しクレイドルキャッチで終わらなければならない。トップの頭と肩の場所に位置するベースを含む、最低3名の元のベースによりクレイドルキャッチされなければならない。ベースがトップをキャッチするために移動しなければならない演出をすることは禁止。
- C.** **トスの開始時に、トップの両足がベースの手に乗っていること。**
- D.** フリップは1-1/4回転まで。2つの追加技も可。タック、パイクまたはレイアウトは追加した2技とカウントしない。パイクのオープンダブルフルは可。タックのXアウトダブルフルは禁止。なぜならXアウトが1つの技と判断されるからである。

実施可(2つのスキル)	禁止(3つのスキル)
タックフリップ・エックスアウト・フルツイスト	タックフリップ・エックスアウト・ダブルフルツイスト
ダブルフルツイストレイアウト	キック・ダブルフル・フルツイストレイアウト
キック・フルツイストレイアウト	キック・フルツイストレイアウト・キック
パイク・オープン・ダブルフルツイスト	パイク・スプリット・ダブルフルツイスト
アラビアン・フロント・フルツイスト	フルツイストレイアウト・スプリット・フルツイスト

注意: ツイスト 1-1/2回転からのアラビアンフロントは実施可能技とみなされる。

- E.** スタンツ、ピラミッド、選手または小道具がトスを越えたりくぐることは禁止。そして、スタンツ、ピラミッド、選手の上に飛ばされる、またはくぐることも禁止。
- F.** フリップなしのトスではツイスト 3-1/2回転を超えることは禁止。
- G.** トップが別の組のベースにトスされる場合、最低3名の静止しているキャッチャーでクレイドルキャッチしなければならない。キャッチャーは他の技や振付を行ってはならない。トスの開始時から終了までトップから目を離してはならない。トスはフリップ無しツイスト 1-1/2回転、もしくはツイスト無しフロントフリップ 3/4回転まで可。トスに関わっているベースはトスを行っている間、静止していなければならない。
例外: ツイストなしのフロントフリップ 3/4回転は可。
- H.** **別のバスケットトスのトップと接触することは禁止。ベース、プレイサー、その他のトップとも離れること。**
- I.** バスケットトスにはトップは1名のみ可。