



2019 ICU World Cheerleading Championships  
2019 ICU Junior World Cheerleading Championships  
TEAM CHEER DIVISIONS RULES & REGULATIONS

【Team Cheer Coed, All Girl (ADVANCED, ELITE, PREMIER) Divisions】

**★ICU ADVANCED DIVISION RULES**  
**ADVANCED 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.  
*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 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 Advanced/L4 performs a roundoff - toe touch - back handspring - whiplayout, this combination of skills would not be allowed since consecutive flip-flip combinations are not allowed within the Advanced/L4 Standing Tumbling regulations.

**ADVANCED DIVISION STANDING TUMBLING**

- A.** Standing flips and flips from a back handspring entry are allowed.
- B.** Skills are allowed up to 1 flipping and 0 twisting rotations.  
Exception: Aerial cartwheels and Onodis are allowed.
- C.** Consecutive flip-flip combinations are not allowed.  
Example: Back tuck – back tuck, back tuck – punch front are not allowed.
- D.** Jump skills are not allowed in immediate combination with a standing flip.  
Example: Toe touch back tucks, back tuck toe touches, pike jump front flips are not allowed.  
Clarification 1: Jumps connected to ¾ front flips are not allowed.

**★ICU アドバンス部門 ルール**  
**アドバンス部門 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プレイヤーとの接触の後バックフリップをするときビギナー/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.** 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。
- 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:アドバンス/レベル4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→ウィップ→レイアウトを行った場合は違反となる。(連続したフリップ→フリップのコンビネーションはアドバンス/レベル4スタンディングタンブリングルールで禁止されているため。)

**アドバンス部門 スタンディングタンブリング**

- A.** スタンディングフリップ、バックハンドスプリングからフリップは可。
- B.** フリップは1回転まで可。ツイストは不可。  
例外:側宙、オノディは可。
- C.** 連続したフリップ→フリップのコンビネーションは禁止。  
例:バックタック→バックタック、バックタック→パンチフロントは禁止。
- D.** スタンディングフリップとそのままコンビネーションになったジャンプは禁止。  
例:トゥタッチ→バックタック、バックタック→トゥタッチ、パイクジャンプ→フロントフリップは禁止。  
補足1:フロントフリップ3/4回転に繋がるジャンプは禁止。

Clarification 2: Toe touch back handspring back tucks are allowed because the flip skill is not connected immediately after the jump skill.

## ADVANCED DIVISION RUNNING TUMBLING

- A.** Skills are allowed up to 1 flipping and 0 twisting rotations.  
Exception: Aerial cartwheels and Onodis are allowed.

## ADVANCED DIVISION STUNTS

- A.** A spotter is required for each top above prep level.  
**B.** Single leg extended stunts are allowed.  
**C.** Twisting stunts and transitions to prep level are allowed up to 1 ½ 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, is not allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds 1½ 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.*

- D.** Twisting stunts and transitions to an extended position are allowed under the following conditions:

1. Extended skills up to a ½ twist are allowed.  
Example: A ½ up to extended single leg stunt is allowed.

Clarification: Any additional turn performed by the bases in the same skill set would not be allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds ½ rotation. The safety judges will use the hips of the top person to determine the amount of total rotation a top person performs in a skill set. Once the stunt is hit (i.e. a 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. Extended skills exceeding a ½ twist but not exceeding 1 twist must land in a 2-leg stunt, platform position or a liberty (body position variations are not allowed).

Example: A full up (1 twist) to an immediate extended heel stretch is not allowed, but a full up (1 twist) to an extension is allowed.

Clarification 1: An extended platform position must be visibly held prior to executing a single leg stunt other than a liberty.

Clarification 2: Any additional turn performed by the bases in the same skill set would not be allowed if the resulting cumulative rotation of the top person exceeds 1 rotation. The safety judges will use the hips of the top person to determine the amount of total rotation a top person performs in a skill set. Once the stunt is hit (i.e. a 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.

- E.** During transitions, at least 1 base must remain in contact with the top person.  
Exception: See "Release Moves".

補足2:トウタッチ→バックハンドスプリング→バックタックはジャンプとフリップスキルが直接繋がっていないため可。

## アドバンス部門 ランニングタンブリング

- A.** フリップは1回転まで可。ツイストは不可。

例外:側宙、オノディは可。

## アドバンス部門 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.** 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プレップレベルの高さへ移行するトランジションは1-1/2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、積算で1-1/2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ること。その後追加の回転に入ること。

- D.** ツイストスタンツやエクステンションへ移行するトランジションは以下の条件を満たす場合は可。

1. ツイスト1/2回転までを伴うエクステンションは可。  
例:ハーフアップの片足エクステンションは可。

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、積算で1/2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ること。その後追加の回転に入ること。

2. ツイスト1/2回転以上、1回転までを伴うエクステンションの場合には両足スタンツ、プラットフォームポジション、またはリバティ(ボディポジションの変化は禁止)になること。

例:フルアップ(ツイスト1回転)をするヒールストレッチエクステンションは禁止だが、両足エクステンションは可。

補足1:エクステンションのプラットフォームポジションはリバティ以外の片足スタンツの実施に先立って、明確に行われなくてはならない。

補足2:1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、積算で1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ること。その後追加の回転に入ること。

- E.** 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:「リリースムーブ」参照。

**F.** Free flipping mounts and transitions are not allowed.  
**G.** No stunt, pyramid or individual may move over or under another separate stunt, pyramid or individual. Clarification: 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.

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

Exception 1: An individual may jump over another individual.

Exception 2: An individual may move under a stunt or a stunt may move over an individual.

**H.** Single based split catches are not allowed.

**I.** Single based stunts with multiple top persons require a separate spotter for each top person.

Extended single top persons may not connect to any other extended single leg top person.

**J. ADVANCED DIVISION Stunts-Release Moves**

1. Release moves are allowed but must not exceed 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. 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. Release moved from inverted to non-inverted positions landing at prep level or higher must have a spot.

3. Release skills that land in a non-upright position must have 3 catchers for a multi-based stunt and 2 catchers for a single based stunt.

4. Release moves must return to original bases. Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance.

Exception: See Advanced Division Dismount "C".  
Exception: Dismounting single based stunts with multiple top persons.

5. Release moves that land in an extended position must originate from waist level or below and may not involve twisting or flipping.

6. Release moves initiating from an extended level may not twist.

7. Helicopters are allowed up to a 180 degree rotation and 0 twisting and must be caught by at least 3 catchers, one of which is positioned at head and shoulder area of the top person.

8. Release moves may not intentionally travel.

9. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.

**F.** フリーフリップングマウントやトランジションは禁止。

**G.** 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: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。

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1:選手が他の選手をジャンプで越えることは可。

例外2:選手がスタンツの下をくぐったり、スタンツが選手の上を移動するのは可。

**H.** シングルベースのスプリットキャッチは禁止。

**I.** 複数のトップのシングルベーススタンツ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。

**J. アドバンス部門スタンツ-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の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トップの腰からベースの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脚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ので、『トス』または『ディスマウント』ルールに従うこと。

2. リリースムーブは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、そうでない姿勢にリリースムーブする場合、インバート姿勢から開始しているかどうかは、ディップの一番低い地点でのトップの姿勢が逆さか否かで判断される。

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ツイストしてならない。インバート姿勢から、プレップレベル以上の高さのそうでない姿勢へのリリースムーブにはスポットをつけなければならない。

3. 直立ではない姿勢へのリリースは、複数のベースのスタンツから1人と、シングルベースのスタンツから2人の、合計3人のキャッチャーがいなければならない。

4. 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:「アドバンス部門のディスマウントC」参照。

例外:複数のトップのシングルベースのディスマウント。

5. エクステンションになるリリースムーブは、ウェストレベル以下の高さから始め、ツイストやフリップを伴ってはならない。

6. エクステンションレベルから開始するリリースムーブはツイストしてはならない。

7. ヘリコプターは180度回転まで、0ツイストとし、少なくとも3人以上のキャッチャー、そのうちの1名はトップの頭と肩を守る位置にいなければならない。

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。

10. Top persons in separate release moves may not come in contact with each other.  
Exception: Dismounting single based stunts with multiple top persons.

#### K. ADVANCED DIVISION Stunts-Inversions

1. Extended inverted stunts are allowed. Also, see “Stunts” and “Pyramids.”
2. Downward inversions are allowed at prep level and must be assisted by at least 3 catchers, at least 2 of which are positioned to protect the head and shoulder area.

Exception: A controlled lowering of an extended inverted stunt (example: handstand) to shoulder level is allowed.

*Clarification 1: The stunt may not pass above prep level and then become inverted at prep level or below. (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: Downward inversions originating from below prep level do not require three (3) bases.*

Exception: Two-leg “Pancake” stunts must start at shoulder level or below and are allowed to immediately pass through the extended position during the skill.

*Clarification 4: Two-leg Pancakes cannot stop or land in an inverted position.*

3. Downward inversions must maintain contact with an original base.  
Exception: Side rotating downward inversions.  
Example: In cartwheel-style transitions, the original base may lose contact with the top person when it becomes necessary to do so.
4. Downward inversions may not come into contact with each other.

- L. 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.

#### ADVANCED DIVISION PYRAMIDS

- A. Pyramids must follow Advanced Division “Stunts” and “Dismounts” rules and are allowed up to 2 high.  
Exception: Twisting mounts and transitions to extended skills are allowed up to 1 ½ twists if connected to a bracer at prep level or below. The connection must be made prior to the initiation of the skill and must remain in contact throughout the transition.

- B. Top persons must receive primary support from a base.  
Exception: See “Advanced Pyramid Release Moves”
- C. Extended single leg (1 leg) stunts may not brace or be braced by any other single leg (1 leg) extended stunts.
- D. No stunt or pyramid may move over or under another separate stunt or pyramid.

*Clarification: A top person may not invert 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.*

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ismount  
ント

#### K. アドバンス部門 スタunts-インバージョン

1. インバート姿勢のエクステンションスタuntsは可。  
「スタunts」と「ピラミッド」を参照。
2. プレップレベルの高さでのダウンワードインバージョンは可。  
最低3人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。

例外: エクステンションのインバートスタunts(例: ハンドスタunts)をショルダーレベルに降ろすのは可。

補足1: プレップレベルの高さを通過してから、プレップ レベル以下の高さで逆さになってはならない。(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: プレップレベルより低い高さからのダウンワードインバージョンはベースが3人でなくてもよい。

例外: 両足での”Pancake”スタuntsはショルダーレベル以下の高さから開始し、技の実施中にエクステンションを通過することは可。

補足4: 両足での”Pancake”スタuntsは、インバート 姿勢で止まったり着地してはならない。

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: トップが側方に回転するダウンワードインバージョン  
例: 側転デismountの場合、必要があれば元のベースがトップから離れることは可。
4. 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。

- L. ベースが体を反っているかインバート姿勢になっている間は、ベース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みなされない。

#### アドバンス部門 ピラミッド

- A. ピラミッドはアドバンス部門の「スタunts」と「デismount」のルールに従うこと、且つ、高さは2段まで可。  
例外: エクステンションへのツイストマウントと、ツイストランジションは、1名のプレップレベル以下の高さのブレイサーと支持し合っていればツイスト1-1/2回転まで可。支持は技の開始前に行い、技もしくはランジションの間接触し続けなければならない。
- 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: 「アドバンス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untsは、他のエクステンションスタuntsと支持し合ってはならない。
- D. スタunts、ピラミッドが他のスタ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: 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。

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

Exception 1: An individual may jump over another individual.

Exception 2: An individual may move under a stunt or a stunt may move over an individual.

- E.** Any skill that is allowed as an Advanced Division Release Move is also allowed if it remains connected to a base and a bracer (or 2 bracers when required).

Example: An extended Pancake would be required to remain connected to 2 bracers.

**F. ADVANCED 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 1 person at prep level or below. Contact must be maintained with the same bracer(s) throughout the entire transition.

*Clarification 1: Contact must be made with a base on the performing surface BEFORE contact with the bracer(s) is lost.*

Exception: While a tic-tock from prep level or higher to an extended position (e.g. low to high and high to high) is not allowed for Advanced Division "Stunts", the same skill is allowed in Advanced Division "Pyramid Release Moves" if the skill is braced by at least 1 person at prep level or below. The top person performing the tic-tock must be braced the entire time during the release from the bases.

*Clarification 2: Advanced Division Pyramid Release Moves may incorporate stunt release moves that maintain contact with 1 other top person provided the release move meets the Advanced Division "Stunt Release Moves" or "Dismounts" criteria.*

*Clarification 3: Twisting stunts and transitions are allowed up to 1 ½ twists if connected to at least 1 bracer at prep level or below.*

2. In a pyramid transition, a top person may travel over another top person while connected to that top person at prep level or below.
3. Primary weight may not be borne at the 2nd level.  
*Clarification: The transition must be continuous.*
4. Non-inverted transitional pyramids may involve changing bases under the following conditions:  
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 1 catcher and 1 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. Non-inverted pyramid release moves 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.

例: ショルダーシートがプレップの下を歩くのは禁止。

例外1: 選手が他の選手を飛び越えることは可。

例外2: 選手がスタントの下をくぐったり、スタントが選手の上を移動するのは可。

- E.** アドバンス部門リリースムーブで実施可能な技は、ベース1人とプレイサー1人(必要があれば2人)が支持し続けていれば実施可。

例: エクステンションの"Pankake"スタントは2人のプレイサーと支持し続けること。

**F. アドバンス部門ピラミッド-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高さの、少なくとも1名以上のプ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、同じプレイサーと支持し続けなければならない。

補足1: プ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。

例外: アドバンス部門のスタントにおいて、プレップレベルかそれ以上の高さからエクステンションへのティックトック(例: ロートウハイやハイトウハイ)は禁止だが、プレップレベル以下の高さの少なくとも1人以上が支持し続けていれば、アドバンス部門のピラミッドリリースムーブでは実施可。

補足2: アドバンス部門ピラミッドリリースムーブにおいて、アドバンス部門のスタント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可。

補足3: ツイストスタントとトランジションは、プレップレベル以下の高さの少なくとも1名以上のプレイサーと支持していればツイスト1-1/2回転まで可。

2. ピラミッドのトランジションでトップは、プレップレベル以下の高さのプレイサーと支持していれば、そのトップを越えることは可。
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: トランジションは連続して行わなければならない。
4. インバート姿勢にならないトランジショナルピラミッドでは、下記の条件下ではベースの交替が可。  
a. トップは、プレップレベルまたはそれ以下の高さの人と支持されなければならない。  
補足: プ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。  
b. トップは最低でも2人のキャッチャー(キャッチャー1人とスポッター1人)にキャッチされなければならない。キャッチャー2人は静止していなければならない。またトランジションしている間は他の技や振り付けを行ったりしてはならない。(トップを投げるためのディップ(一度下げてから戻す動き)が技の開始とみなされる。))
5. インバート姿勢にならないピラミッドでのリリースムーブは、下記の条件では2人以上のキャッチャー(1人のキャッチャーと1名人のスポッター)が必要。  
a. キャッチャーは静止していなければならない。

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

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

#### G. ADVANCED DIVISION Pyramids-Inversions

1. Must follow Advanced Division Stunt Inversions rules.

#### H. ADVANCED 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 2 persons at prep level or below. Contact must be maintained with the same bracer throughout entire transition.

*Clarification 1: Contact must be made with a base on the performing surface BEFORE contact with the bracer(s) is lost.*

*Clarification 2: Braced flips must be braced on 2 separate sides (i.e. right side - left side, left sideback side, etc.) by 2 separate bracers. (Example: Two bracers on the same arm will no longer be permitted). A top person must be braced on 2 of the 4 sides (front, back, right or left) of their body.*

2. Braced inversions (including braced flips) are allowed up to 1 ¼ flipping rotations and 0 twisting rotations.
3. Braced inversions (including braced flips) may not involve changing bases.
4. Braced inversions (including braced flips) must be in continuous movement.
5. 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. All required catchers/spotters must be stationary.
  - b. All required catchers/spotters must maintain visual contact with the top person throughout the entire transition.
  - c. The required 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.)
6. Braced inversions (including braced flips) may not travel downward while inverted.
7. Braced inversions (including braced flips) may not come in contact with other stunt/pyramid release moves.
8. Braced inversions (including braced flips) may not be braced/connected to top persons above prep level.

#### ADVANCED DIVISION DISMOUNTS

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

b. キャッチャーはト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。

6. 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. アドバンス部門ピラミッド-インバージョン

アドバンス部門「スタンツ-インバージョン」ルールに従うこと。

#### H. アドバンス部門ピラミッド-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(ブレイスフリップも含む)トランジションを行う時は、プレップレベル以下の高さの最低でも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1:ブレイサーとの支持が離れるまでは競技フロアにいるベースがトップに触れていなければならない。

補足2: ブレイスフリップは2名のブレイサーにより、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、左後ろ等)(例:トップが同じ方向からのブレイサーに腕を支持されるのは不可)、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。

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回転フリップまで可。ツイストは禁止。
3. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップ含む)ではベースを交替してはならない。
4. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップ含む)は、連続的な動作で行わなければならない。
5. 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3人でキャッチしなければならない。  
例外:プレップレベル以上の高さで直立姿勢で着地するブレイスフリップの場合、最低1人のキャッチャーと2人のスポッターが必要。
  - a. 全てのキャッチャー/スポッターは静止してなければならない。
  - b. 全てのキャッチャー/スポッターは、トランジションの間、ずっとトップを見続けなければならない。
  - c. 全てのキャッチャー/スポッターはトランジションしている間に他の技や振り付けを行ったりしてはならない。(トップを投げるためのディップが技の開始とみなされる。)
6. 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。
7. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップ含む)が他のスタンツピラミッドリリースムーブと接触してはならない。
8. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップも含む)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。

#### アドバンス部門デスマウント

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「デスマウント」とする。

- 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(s) and/or 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 performing surface from above waist level without assistance.
- D.** Up to a 2 ¼ twisting rotations are allowed from all 2-leg stunts.  
Clarification: Twisting from a platform position may not exceed 1 ¼ rotations. A Platform is not considered a 2 - leg stunt. There are specific exceptions given for the platform body position within the Advanced Division “Stunts” regarding Twisting Stunts and Transitions specifically.
- E.** Up to a 1 ¼ twisting rotations are allowed from all single leg (1 leg) stunts.  
Clarification: A Platform is not considered a 2 – leg stunt. There are specific exceptions given for the platform body position within the Advanced Division “Stunts” regarding Twisting Stunts and Transitions specifically.
- 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 prop.
- G.** During a cradle that exceeds 1 ¼ twists, no skill other than the twist is allowed.
- H.** No free flipping dismounts 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.
- L.** 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.
- M.** Dismounts from an inverted position may not twist.
- 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unts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.** 全ての両足スタuntsからのデスマウントはツイスト2・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が1・1/4 回転を超えることは禁止。プラットフォームは両足のスタuntsとはみなされない。アドバンス部門「スタunts」のツイストスタuntsとトランジションでのみ、例外とされる。
- E.** 全ての片足のスタuntsからはツイスト1・1/4回転まで可。  
補足: プラットホームは両足のスタuntsとはみなさない。アドバンス部門「スタunts」のツイストスタuntsとトランジションでのみ、例外とされる。
- F.** スタunts、ピラミッド、小道具または選手が、デスマウントを越えるもしくはくぐる、またデスマウントがスタunts、ピラミッド、選手または小道具を飛び越える、もしくはくぐることは禁止。
- G.** ツイスト1・1/4回転を超えるクレイドルの場合、他の技を加えるのは禁止。
- H.** フリーフリッピングを含むデスマウントは禁止。
- I.** デ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。
- L.** 複数のトップを支えるシングルベーススタunts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スマウント開始前に静止していなければならない。
- M.** インバート姿勢からのデスマウントはツイストしてはならない。

## ADVANCED DIVISION TOSSES

- A. Tosses are allowed up to a total of 4 tossing bases. One (1) 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.  
Exception: A ½ 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 tricks are allowed during a toss.  
Example: Kick full, full up toe touch.
- G. During a toss that exceeds 1 ½ twisting rotations, no skill other than the twist is allowed.  
Example: No kick double tosses.
- H. Tosses may not exceed 2 ¼ twisting rotations.
- I. 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 other top persons.
- J. Only a single top person is allowed during a toss.

## ★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 the Novice / L1 - 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 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.

## アドバンス部門トス

- 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。  
例外:キックフルバスケットトスの際、ベースの1/2回転は可。
- C. トスの開始時、トップの両足がベースの手に乗っていないとしない。
- D. フリップ、インバート姿勢、移動を伴うトスは禁止。
- E. 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。
- F. トスの技は2種類まで可。  
例:キックフルツイスト、フルアップトゥタッチ等は可。
- G. 1-1/2回転のツイストトスの場合、それ以外の技を加えることは禁止。  
例:キックダブルトスは禁止。
- H. トスのツイストは2-1/4回転まで可。
- I. 別のバスケットトスのトップと接触してはならない。ベース、プレイヤー、その他のトップとも接触してはならない。
- J. バスケットトスではトップは1名のみ可。

## ★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プレイヤーとの接触の後バックフリップをするとNovice/Lv. 1-Elite /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. 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ことは可。
- C. 小道具を持ったまま、または接触し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:ツイストを含むダイブロールは禁止。



- 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.

### ELITE DIVISION RUNNING TUMBLING

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

### ELITE DIVISION STUNTS

- A. A spotter is required for each top above prep level.
- B. Single leg extended stunts are allowed.
- C. Twisting stunts 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 with a stationary top person they may continue to walk the stunt in additional rotation.*

- D. Free flipping stunts and transitions are not allowed.
- E. Single based split catches are not allowed.
- F. Single based stunts with multiple top persons 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 18 inches/46 centimeters above extended arm

*Clarification: If the release move exceeds more than 18 inches/46 centimeters 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/46 centimeters, 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 up to an extended stunts may include up to a 1/2 twist. Release moves from inverted to non-inverted positions landing at prep level or higher must have a spot.*

- 3. Release skills that land in a non-upright position must have 3 catches for a multi-based stunt and 2 catchers for a single based stunt.
- 4. Release moves must return to original bases.

- 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。

### エリート部門 スタンディングタンブリング

- A. フリップ1回転とツイスト1回転は可。

### エリート部門 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。

### 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. 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・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、積算で2 1/4回転を過ぎると違反となる。セーフティージャッジは、1つの技の中で回転総数をトップの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。

- D. フリーフリッピングマウントやトランジションは禁止。
- E. シングルベースのスプリットキャッチは禁止。
- F. シングルベースのダブルキュービーは各トップに別のスポッターをつけなければならない。

#### 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、伸ばした腕から18インチ(46cm)以上になることは禁止。

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(46cm)以上の場合にはトスとみなされるので「トス」のルールに従うこと。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トップの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の長さより18インチを越えた場合はトスまたはデイスマウントとみなされ「トス」もしくは「デイスマウント」のルールに従うこと。

- 2. リリースムーブではインバート姿勢での着地してはならない。リリースムーブをインバート姿勢からそうでない姿勢となる場合、開始のポジションが逆さかどうかは、動き始めて一番低い地点のトップの姿勢が逆さか否かで判断される。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、ツイストしてはならない。

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。インバート姿勢からそうでない姿勢でプレップレベルまたはそれ以上の高さ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。

- 3. リリーススキルで垂直に着地しない場合、複数ベースの場合は3名のキャチャー、シングルベースの場合は2名以上のキャチャーが必須。
- 4. リリースムーブは元のベースに戻らなければならない。

*Clarification: An individual may not land on the performing surface without assistance.*

Exception 1: See Elite Division Dismount "C".

Exception 2: Dismounting single based stunts with multiple top persons.

5. Helicopters are allowed up to a 180 degree rotation and must be caught by at least 3 catchers, one (1) of which is positioned at head and shoulder area of the top person.
6. Release moves may not intentionally travel.
7. Release moves may not pass over, under or through other stunts, pyramids or individuals.
8. Top persons in separate release moves may not come in contact with each other.  
Exception: Dismounting single based stunts with multiple top persons.

#### H. ELITE DIVISION Stunts-Inversions

1. Extended inverted stunts are 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 1: Catchers must make contact with the waist to shoulder region to protect the head and shoulder area.*  
*Clarification 2: Downward inversion originating from prep level or below do not require 3 catchers. If the stunts begins at prep level or below and passes above prep level it requires 3 catchers. (The momentum of the top person coming down is the primary safety concern.)*

Exception: A controlled lowering of an extended inverted stunt (example: 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 lowering of an extended inverted stunt (example: 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.
- I. 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.*

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。

5. 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ければならない。
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。
8. 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ンツで複数のトップのディスマウント

#### H. エリート部門 スタンツ-インバージョン

1. インバート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の高さからなら実施可。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の高さ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. プレップレベルより上の高さからのダウンワードインバージョンの
  - a. インバート姿勢で止まってはならない。  
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してはならない。  
補足: エクステンションからのうつ伏せ、仰向けの着地は地面に着くまえに逆さでない状態で明確に止まっていること。
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。
- I. 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。

## ELITE DIVISION PYRAMIDS

- A. Pyramids must follow Elite Division "Stunts" and "Dismounts" rules and are allowed up to 2 high.
- B. Top persons must receive primary support from a base. Exception: See Elite Division "Pyramids Release Moves"

### 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 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.
- 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 1 catcher and 1 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

Must follow Elite Division 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.
- 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 1 twisting rotation.

## エリート部門 ピラミッド

- A. ピラミッドではレベル5「スタント」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。  
例外: エリートディビジョン "ピラミッドリリースムーブ"参照。

### 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高さの、少なくとも1名以上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がトップに触れなければならない。

- 2. 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: トランジションは連続して行われなければならない。
- 3. 以下の条件でインバート姿勢にならないピラミッドのリリースムーブは、少なくとも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. インバート姿勢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良い。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高さ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がトップに触れなければならない。
  - 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ったりしてはならない。(トップを投げるためのディップ(一度下げてから戻す動き)が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

エリート部門「スタント-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までは競技フロアにいるベースがトップに触れ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)はフリップ1-1/4回転とツイスト1/2回転まで可。
- 3. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップも含む)でツイスト1/2回転を超えてよいのは、フリップ3/4回転までを行う場合のみとする。トップがインバート姿勢でなく地面に直立した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、プローン)からの移行でないこと、ツイストは1回転まで可。

*Clarification: ALLOWED - 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 1 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  $\frac{1}{4}$  twist or more) 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 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 separate 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 original base(s).  
Exception 1 : Dismounts on the performance surface must be assisted by either an original base(s) and / or 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 performing surface from above waist level without assistance.*

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名のプレイヤーに支持されながら後方フリップ3/4回転とツイスト1回転を行い、プローン姿勢でキャッチされる。

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良い。
5. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップも含む)は連続した動きでなければならない。
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名でキャッチされなければならない。  
例外:ブレイスフリップから、プ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てはならない。
  - 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続けていなければならない。
  - 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ったりしてはならない。(トップを投げるための動作は技の開始とみなされる)
7. ツイスト1/4回転又は、それ以上の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)は最低3名でキャッチされなければならない。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。
  - c. キャッチャーはトランジションしている間に他の技や振付を行ったりしてはならない。(トップを投げるためのディップが技の開始とみなされる。)
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untsやピラミッドのリリースムーブと接触してはならない。
10. ブレイスインバージョン(ブレイスフリップも含む)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。

## 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. 複数のベーススタ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:競技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しなければならない。  
例外2:ウェストレベル以下のスタunts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. Up to a 2-1/4 twisting rotations are 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 may not intentionally travel.
- H. Top persons in dismounts may not come in contact with each other while released from the bases.
- I. Tension drops/rolls of any kind are not allowed.
- J. 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.
- K. Dismounts from an inverted position may not twist.

### 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.  
*Example: 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.

## ★ICU PREMIER DIVISION RULES

### PREMIER DIVISION GENERAL TUMBLING

- A. All tumbling must originate from and land on the performing surface.  
Exception 1: 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.  
Exception 2: Round off rewinds and standing single back handspring rewinds are allowed. No tumbling skills prior to the round-off or standing backhandpring are permitted.
- B. Tumbling over, under, or through a stunt, individual, or prop, is not allowed.  
*Clarification: An individual may jump over another individual.*

- D. 全てのスタンツからのデスマウントはツイスト2-1/4回転まで可。
- E. スタンツ、ピラミッド、小道具または選手が、デスマウントを越えるもしくはくぐる、またデスマウントがスタンツ、ピラミッド、選手または小道具をとび越える、もしくはくぐることは禁止。
- F. フリーフリップを含むデスマウントは禁止。
- G. デスマウントは故意に別の場所に移動してはならない。
- H. デ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。
- I. テンションドロップ/ロールは禁止。
- J. 複数トップのシングルベースからのクレイドルは、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スマウント開始前に静止していなければならない。
- K. インバート姿勢からのデスマウントはツイスト禁止。

### 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。  
補足:故意に移動してはならない。  
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、トップの両足がベースの手に乗っていないなければならない。
- D. フリップ、インバート姿勢、移動を伴うトスは禁止。
- E. 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。
- F. ツイスト2-1/2回転まで可。
- G. 別のバスケットトスのトップと接触してはならない。ベース、プレイヤー、その他のトップとも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しなければならない。  
例外1: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。  
例外2:ラウンドオフからリワインドとスタンディングシングルバックハンドスプリングからリワインドは可。ただし、ラウンドオフやスタンディング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. 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のは可。

- 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 rotations.

### PREMIER DIVISION STUNTS

- A. A spotter is required:
  1. During one-arm(1arm)stunts above prep level, other than an cupies or liberties.  
Clarification: A one-arm heel stretch, arabesque, high torch, scorpions, bow and arrow, etc. require a spotter.
  2. When the load/transition involves:
    - a. A release move with a twist greater than 360 degrees.
    - b. A release move with an inverted position landing at prep level or below.
    - c. A free flip.
  3. During stunts in which the top person is in an inverted position above prep level.
  4. When the top person is released from above ground level to a one-arm (1 arm) stunt.
- B. Stunt levels:
  1. Single leg (1 leg) extended stunts are allowed.
- C. Twisting stunts and transitions are allowed up to 2 1/4 twisting rotations 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, 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 with a stationary top person, they may continue to walk the stunt in additional rotation.*
- D. 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 cradle position)  
Exception 2: Round off rewinds and standing single back handspring rewinds are allowed. No tumbling skills prior to the round-off or standing back handspring 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.*
- E. Single based split catches are not allowed.
- F. Single based stunts with multiple top persons require a separate spotter for each top person

- C. 小道具を持ったまま、または接触し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:ツイストを含むダイブロールは禁止。

### 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ト

- A. 以下の場合はスポッターが必要。
  1. キューピーやリバティー以外のプレップ以上の高さスタントを行う場合。  
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・ボ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なくてはならない。
  2. 以下の乗り込みやトランジションを行う場合:
    - a. 360度以上のツイストを含むリリースムーブ
    - b. インバート姿勢からプレップ以下の高さで着地するリリースムーブ
    - c. フリーフリップ
  3. トップがプレップ以上の高さでのインバート姿勢。
  4. トップがグランドレベルの高さからベースが片手のスタントに移行する。
- B. スタントのレベル:
  1. エクステンションのシングルレッグ(1レッグ)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スタントとトランジションは2-1/4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、回転は、積算で2-1/4回転を過ぎると違反となる。セーフティージャッジは、1つの技の中で回転総数をトップの腰の回転数で判断する。一度スタントが(例えばプレップで)完成し、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。
- D. リワインド(フリーフリッピング)と補助されてのフリッピングスタント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回転まで可。  
例外1:クレイドルに入るリワインドは1-1/4回転まで可。全てのリワインドはショルダーレベル以下の高さで2名のキャッチャーがキャッチしなければならない。(例:クレイドルポジションに着地するリワインド)  
例外2:ラウンドオフとスタンディング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。ラウンドオフまたはスタンディングバックハンドスプリングの前に他のタンブリング技を加えてはならない。  
補足:フリーフリッピングスタントと、競技フロアから始まっていないスタントトランジションは不可。  
補足:トゥピッチ、レッグピッチとそれに類似したトスからのフリーフリッピングスタントは禁止。
- E. シングルベースのスプリットキャッチは禁止。
- F. シングルベースのダブルキューピーは各トップに別のスポッターが必要。

## G. PREMIER DIVISION STUNTS-Release Moves

1. Release moves are allowed but must not exceed more than 18 inches / 46 centimeters above extended arm level.  
*Clarification: If the release move exceeds more than 18 inches/46 centimeters 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.  
Exception1: 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 single based stunts with multiple top persons are allowed without returning to original base(s).The original base may become a required spoter in toss single based sutunts with multiple top persons.  
*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 (1) 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: Single based stunts with multiple top persons.

## H. 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.

## 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 2 spotters , one providing additional pyramid support, and both designated for each person who is above 2 persons high and whose primary support does not have at least 1 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 spotter 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 a 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 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.*

## G. 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(46cm)以上になることは禁止。  
補足:リリースムーブがベースの伸ばした腕の18インチ(46cm)以上の場合は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。  
例外1:コエドスタイルのトスの場合、別ベースにキャッチされても良いが他の技に関わったり振付を行っていない少なくとも1名のベースと追加のスポッターで行うこと。  
例外2:複数のトップを支えるシングルベーススタuntsは元のベースに戻らなくても良い。複数のトップを支えるシングルベーススタuntsにトスをした元ベースが必須スポッターになることは可。  
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名のキャッチャーでキャッチされ、そのうちの1名はトップの頭と肩を守る位置にいななければならない。
- 5 リリースムーブは故意に別の場所に投げてはならない。上記3を参照。
- 6 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。
- 7 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:シングルベースでの複数のトップ

## H. プレミア部門スタunts-インバージョン

プレップレベルより上の高さ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名は接触し続けなければならない。

## プレミア部門ピラミッド

- A. ピラミッドは2-1/2の高さまで可。
- B. 2-1/2high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推奨する。

補足:全ての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。ミドル層のサイズ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. 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.

Clarification: 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 under the following
  - 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. 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.

#### 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. The dip to throw of the top person is considered the initiation of the skill.

#### 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 arm 1 arm 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 1 hand/arm supporting the head and shoulder of the top person.

- 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ってはならない。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(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リップマウントは、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。  
補足: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・選手を越えたりぐったりしてはならない。

#### D. プレミア部門ピラミッド-リリースムーブ

1. 以下の条件でピラミッドでトランジションを行う場合、トップは2段半の高さを越えても良い。
  - 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: 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、プローン姿勢またはインバート姿勢で地面に着いてはならない。

#### E. プレミア部門ピラミッド-インバージョン

1. インバート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なければならない。トップはベースまたは他のトップと接触し続けなければならない。

#### F. プレミア部門ピラミッド-リリースムーブ / プレイスインバージョン

1. プレイスフリップは、1-1/4回転とツイスト1回転可。
2. プレイスフリップは、プレップレベルまたはそれ以下の高さのトップ(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:プレイスインバージョンから2-1/2の高さのピラミッドへ移行する場合、キャッチャーは1名でも良い。
3. すべてのプレイスインバージョン(プ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、以下の条件下の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・スポッターは移動してはならない。
  - 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なければならない。
  - 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たりしてはならない。トップを投げるためのディップ(一度下げてから戻す動き)が技の開始とみなされる。

#### G. 2-1/2の高さのピラミッドからのフリーリリースムーブは

1. プローン姿勢やインバート姿勢で着地してはならない。
2. フリップは禁止、ツイスト1回転まで可。

#### H. エクステンションレベルでのペーパードール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または、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. ツイスト1-1/4回転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の部分を守るためにトップの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.** 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.*
- 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 2-1/2 high pyramids are allowed up to 1-1/2 twist and require 2 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 pyramids.)
- 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 stunts with multiple top persons, 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: Single based stunts with multiple top persons 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.
- 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しなければならない。  
  
例外: ウェストレベル以下の高さからのストレートドロップまたは安全な範囲のホップオフ、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。
- 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名のキャッチャーがキャッチしなければならない。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。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ツイスト2回転まで可。(例: エクステンション、リバティー、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着地してはならない。
- E.** クレイドルになるフリーフリップ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回転まで可(アラビアン)。
  2. 最低2名のキャッチャーが必須であり、その内の1人は元のベースでなければならない。
  3. 故意に移動してはならない。
  4. プレップもしくはそれ以下の高さから始めなければならない。(2-1/2ピラミッドから始めてはならない。)
- 例外: フロントフリップ3/4回転のクレイドルは2-1/2ピラミッドから行う場合、2名のキャッチャーがキャッチしなければならない。キャッチャーはトップの両サイドにいないなければならない。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プ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プングディスマウントはフロントフリップングのみ可  
  
補足: バックフリップングディスマウントはクレイドルにならない。  
  
1. フロントフリップング1回転とツイストは不可。  
  
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. 故意に移動してはならない。  
5. プレップレベルまたはそれ以下の高さ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ならない。)
- G.** テンションドロップ/ロールは禁止
- H.** トップ複数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
- I.** ツイストを含む片手スタンツからのクレイドルの際、クレイドルを補助するための1名のスポッターが必須。スポッターは少なくとも片手・腕でトップの頭と肩を補助しなければならない。
- 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越えるもしくはくぐってなならない。
- K.** ディスマウントは元のベースに戻らなければならない。  
例外: トップが複数のシングルベーススタンツは元のベースに戻らなくても良い。
- L.** ディスマウントは故意に別の場所へ移動してはならない。
- M.** 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。

## 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.

**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)

Tuck flip, X-Out, Full Twist

Double Full-Twisting Layout

Kick, Full-Twisting Layout

Pike, Open, Double Full-Twist

Arabian Front, Full-Twist

### Illegal (Three Skills)

Tuck flip, X-Out, Double Full Twist

Kick, Double Full-Full Twisting Layout

Kick, Full-Twisting Layout, Kick

Pike, Split, Double Full-Twist

Full-Twisting Layout, Split, Full-Twist

NOTE: An Arabian Front followed by a 1 1/2 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.

## 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。

例外1:後ろの人を越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人目が前で開始してもよい。

**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。

**C.** トスの開始時、トップの両足がベースの手に乗っていないとしない。

**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。パイクオープンダブルフルは可。Xアウトが1つの技と判断されるため、タックXアウトダブルフルは禁止。

### 実施可(2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

ダブ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

パイク・オープン・ダブルフルツイスト

アラビアン・フロント・フルツイスト

### 禁止(3つのスキル)

タックフリップ・エックスアウト・ダブルフルツイスト

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

パイク・スプリット・ダブルフルツイスト

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可。

**E.** 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。

**F.** フリップなしのトスではツイスト3-1/2回転を越えてはならない。

**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してはならない。ベース、プレイヤー、その他のトップとも接触してはならない。

**I.** バスケットトスではトップは1名のみ可。