

VIII. 詳細ルール

A. 用語集

1. **Airborne (executed by individual)** (個人で行われるエアボーン) — 個人が人または競技フロアに接していない状態。
2. **Airborne Hip Over Head Rotation** (個人で行われる腰が頭を越える回転を含むエアボーン) — 腰が頭を越えて回転する動きを伴うタンブリング技で、競技フロアに接していない状態で行う。(例:ラウンド・オフ(ロンダード)や後方ハンドスプリング)
3. **Airborne Skill** (個人で行われるエアボーン技) — 個人が人または競技フロアに接していない状態で行う技。(例:トゥール・ジュテやバタフライ)
4. **Aerial Cartwheel** (エアリアル・カートウィール【側宙】) — 空中で行うタンブリング技。手をフロアにつかずに行う側転。
5. **Axle Rotation** (アクセル・ローテーション) — ダンサーが自分自身の周りを垂直または水平に回転する動き
6. **Axle** (アクセル) — 作用している脚が空中で円を描いてからパッセになり、軸足は床を押して(蹴って)空中で回った後に元の軸足で着地するターン。
7. **Back Walkover** (バック・ウォークオーバー【後方支持回転】) — フロアから離れないタンブリング技。エアボーンではないタンブリングの技。手が最初に床につく状態で後ろの方へアーチを作り、その後腰が頭を越え、その時に片足／片脚が着地する回転。
8. **C-Jump** (Cジャンプ) — 膝を曲げ、体の後ろに足が近づき背中でアーチをつくるジャンプ。
9. **Cartwheel** (カートウィール【側転】) — フロアから離れないタンブリング技。腕で体重を支え、インバート姿勢を通して横方向へ回転し、片足ずつ着地する。
10. **Calypso** (カリプソ) — 伸ばした脚(作用する脚)が空中で円を描き、同時にサポートする脚が床を押して(蹴って)空中で回る。その後、アチチュードの形で後ろの脚は体の後ろに近づき、作用する脚で着地する。
11. **Category** (カテゴリー) — パフォーマンスの一部／大会のルーティーンの様スタイルを意味する。(例:ジャズ、フリースタイル・ポン、ヒップホップ)
12. **Chasse** (シャッセ) — 片方の脚がもう一方の脚を“追いかけて”元のポジションに戻るステップ。チェイスの意味
13. **Consecutive Skills** (コンセキューティブ・スキル【連続技】) — 個別の連続した技を、直ちに、ステップや停止、ブレイクを間に含まずに行うこと。(例:ダブル・ピルエットやダブル・トータッチ)
14. **Coupe** (クッペ) — 片足を持ち上げ、足首に近づいた状態のポジション。ク・ドウ・ピエ(片方の足がもう一方の足に素早く変わる。)としても知られる。
15. **Dance Lift** (ダンスリフト) — ダンサーが1名もしくはそれ以上のダンサーによってフロアから持ち上げられる、下される技。ダンスリフトは実施するダンサーからなる。
16. **Developpe** (デヴェロペ) — 作用する脚を伸ばす前にパッセ(膝を曲げた形)を通る動き。
17. **Dive Roll** (ダイブ・ロール【飛び込み前転】) — 両手両足が同時にフロアから離れた状態から前転する空中から離れないタンブリング技。
18. **Division** (ディビジョン) — ダンサーが競技を行うグループの構成を意味すること(例:シニアコエド、ジュニアなど)
19. **Drop** (ドロップ) — 個人のエアボーン技から、最初に手や足で体重を支えることなく、他の体の一部

で着地する動き。

20. **Elevated** (エレベート) — ダンサーを低いところから高い位置へ持ち上げる動き。
21. **Elevated Individual** (エレベート・インディビジュアル) — リフトにおいて、競技フロアから持ち上げられる人。安全のガイドラインについては、ICU規則の「リフト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。
22. **Executing Individual** (エグゼクティング・インディビジュアル) — トリックにおいて技を行う人、もしくは、パートナーリングにおいて他の選手から補助をされる人。安全のガイドラインについては、ICU規則の「リフト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。
23. **Fouette** (フェッテ) — 回転を伴うステップ。通常連続で行われる。作用する脚が空中で円を描いてからパッセになる、同時にダンサーは回転ごとに膝を曲げ(プリエ)、伸ばす(ルルベ)。鞭の意味。フェッテ・ターンはサイドやセカンド・ポジション(フェッテ・ア・ラ・セコンド)でも行うことができる。
24. **Fouette a la seconde** (フェッテ・ア・ラ・セコンド) — 作用する脚は空中で円を描いてから、パラレルポジションにあるサポートする脚と90度の角度まで伸ばす。ダンサーは回転ごとにプリエとルルベをしながらターンする。
25. **Front Walkover** (フロント・ウォークオーバー【前方支持回転】) — フロアから離れないタンブリング技。個人で行い、抱え込んだ上体からインバート姿勢を通して前方へ回転し、アーチ状で脚と腰が頭を超えたのち、インバートではない姿勢で同時に片足が着地する。
26. **Glissade** (グリッサード) — 片方からもう片方の足へ体重を移動させる連続したステップ。グライドの意味。
27. **Handstand** (ハンドスタンド【倒立】) — フロアから離れず、回転を伴わないタンブリング技。頭と耳を挟んで両腕を伸ばし、直立のインバート姿勢を保った状態。
28. **Head Spin** (ヘッドスピン) — ヒップホップでよく用いられるトリック。手を使ってスピードを出しながら、頭を軸にして回転すること。足の姿勢は問わない。
29. **Head Spring (Front/Back)** (ヘッドスプリング(前方/後方)) — ヒップホップでよく用いられるトリック。アプローチはヘッドスプリングの要領で行い、前方後方どちらも可。フロント・ヘッドスプリングは、立位もしくはスクワット姿勢から始め、ヘッドスタンドと同様に頭を挟んで両手をフロアにつけ、両足を頭の上を通してキップアップのように体を弾ませ、足から着地する。バック・ヘッドスプリングは、立位もしくはスクワット姿勢から始める。後方へ弾んで片手もしくは両手をフロアにつけ、頭まで回転してキップアップを行い、足から着地する。
30. **Headstand** (ヘッドスタンド) — フロアから離れず、回転を伴わないタンブリング技。頭と両手をフロアにつけ、体をフロアに対して垂直な状態で支える姿勢。
31. **Hip Level** (ヒップ・レベル【腰の高さ】) — 膝を伸ばした状態で垂直に立っている状態での個人の腰の高さをさす。(説明: 空間を測るための大体の高さであり、膝を曲げた状態やさかさまの状態に変化するものではない)
32. **Hip Over Head Rotation (executed by individual)** (ヒップ・オーバー・ヘッド・ローテーション【個人で行う腰が頭を越える回転】) — 個人の腰が頭を越えて回転するタンブリング技。(例: 後方支持回転や側転)
33. **Hip Over Head Rotation (executed in groups or pairs)** (ヒップ・オーバー・ヘッド・ローテーション【グループやペアで行う腰が頭を越える回転】) — 個人の腰が頭を越える回転をリフトやパートナー・スキルで実施する動き。
34. **Inversion** (インバージョン) — 個人のウエスト/腰と少なくとも片足が、頭や肩よりも高い位置にある状態。

35. **Jete (ジュッテ)** — 個人が片足をブラッシュして両足が地面から離れ、素早く両足を動かし片足で着地する技。ジュッテは様々な方向、サイズ、ポジションで実施できる。
36. **Kip up (キップアップ)** — ヒップホップでよく用いられる、空中で行う回転を伴わないタンブリング技。仰向けの姿勢から、膝を曲げて両足を胸に近づけ、若干後方に回転して反動をつけて蹴り、起きる技。蹴った勢いにより両足から立位でフロアに着地する。
37. **Leap (リープ)** — 個人が膝を曲げたところから地面を押し蹴り、空中に上がった片足から着地する技。(グランジュッテとしても知られる)
38. **Lifts (executed as partner or in group) (リフト パートナーもしくはグループで実施)** — 1名が、1名もしくは複数名によって競技フロアから持ち上げられ、下される技。リフトは「リフティング・インディビジュアル」(持ち上げる人)と「エレベート・インディビジュアル」(持ち上げられる人)によって実施される。安全のガイドラインについては、ICUルールの「リフト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。
39. **Lifting Individual (リフティング・インディビジュアル)** — リフトの一部もしくはリフトにおいて、エレベート・インディビジュアルを持ち上げる人。安全のガイドラインについては、ICUルールの「リフト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。サポーティング・インディビジュアルはリフティング・インディビジュアルとみなされる。
40. **Passe (パッセ)** — 動かす脚を曲げ、支える脚の膝の近くにポイントにしてつけるポジションまたは動き。通るの意味。パッセはパラレルでもターンアウトでも実施できる。
41. **Partnering (パートナーリング ペアで実施)** — 2名もしくはそれ以上の人数が互いを支え合って行う動き。リストは含まれない。パートナーリングは、技を「補助する(Supporting)」技術と「行う(Executing)」技術の両方を含む。定義については、ICUルールの「リスト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。
42. **Pirouette (ピルエット)** — 4番プリエから片脚に体重を乗せ完全に回転する。ウィールの意味。ピルエットはさまざまなポジションで実施される。
43. **Plie (プリエ)** — 膝を曲げたり、緩めたりする準備や着地の技。曲げるの意味。
44. **Prop (プロップ【小道具】)** — 演技内で扱われる物
45. **Prone (プローン)** — うつ伏せの状態。体の前面が床に、背面が天井に向いている。
46. **Releve (ルルベ)** — 指の付け根に乗ってリフトアップする技。登るの意味。
47. **Release Move (executed in groups or pairs) (グループやペアで行うリリース・ムーブ)** — 実施する個人がサポートする人から接触が無くなり、フロアへアシストが無い状態になる動き。
48. **Shoulder Roll (forward/back) (ショルダー・ロール 前方/後方)** — 肩の後方がフロアに接した状態のまま、前方もしくは後方へ回転する空中技ではないタンブリング・スキル。頭はフロアとの接触を避けるため傾ける。
49. **Shoulder Level (ショルダー・レベル【肩の高さ】)** — 膝を伸ばした状態で垂直に立っている状態での個人の肩の高さをさす。(説明:空間を測るための大体の高さであり、膝を曲げた状態やさかさまの状態に変化するものではない)
50. **Shushunova (シュシュノバ)** — ジャンプ(トゥ・タッチ、パイク・ジャンプなど)の一つで、うつ伏せの支持姿勢(腕立て伏せの姿勢)で着地する技。
51. **Stag (スタッグ)** — 特にリープやジャンプで用いられるポジション。個人が前の脚を曲げる動き。
52. **Stall (Freeze) (ストール(フリーズ))** — 空中技ではなく、回転を伴わないタンブリング・スキル。特にヒップホップで用いられ、全てのボディーモーションを止める技。片手もしくは両手の支持により、ユニークな姿勢やインバート姿勢、もしくはウェイト・ベアリング姿勢で行われる。

53. **Supporting Individual (サポーターイング・インディビジュアル)**－ トリックやパートナーリングの技において、エグゼクティング・インディビジュアルを持ち上げたり、飛ばしたり、支持をする人。安全のガイドラインについては、ICU規則の「リフト、トリックおよびパートナーリング」を参照すること。
54. **Supporting Leg (サポーターイング・レッグ)**－ 技の間に体重を支える片脚
55. **Supine (スーパイン)**－ 個人の背中がフロアに面し、体の全面が上を向いているポジション。
56. **Switch Leap (スイッチ・リープ)**－ リープのポジション／方向を変えるために個人が片足をスウィングするリープ。
57. **Tilt (ティルト)**－ 特にリープやジャンプで行う技。片脚は掃く動作のように空中へ持ち上げ、もう片脚は床の方へ向いている状態。
58. **Toe Pitch (executed by groups or pairs) (グループやペアで行うトーピッチ)**－ 実施する選手が立った状態でスタートし、サポートする選手が片足を上方へ回すトスの技。
59. **Toe Touch (トータッチ)**－ 個人が脚を胸に向けるために腰を回転させ両脚を広げて行うジャンプ。
60. **Tour jette (トゥール・ジュッテ)**－ ハーフターンを伴うリープ。床を離れた片足をスイッチして広がる動きを行い、もう片方の足で着地する。
61. **Toss (トス)**－ 空中のリフト／トリックの技。サポーターイング・インディビジュアルがエグゼクティング・インディビジュアルを投げ上げることで高さを出さず。エグゼクティング・インディビジュアルは競技フロアから離れるが、手／腕／体が少なくとも1名のサポーターイング・インディビジュアルの手／腕と常に触れていること。
62. **Tumbling (タンブリング)**－ アクロバット、体操の能力を強調した技の集まり。他の人の接触や補助、サポートなく個人によって実施され、競技フロアに接した状態で始まり、競技フロアに着地する。(説明: タンブリング技は必ずしも腰が頭を超える回転を含まなくてもよい)
63. **Vertical Inversion (executed in groups or pairs) (グループやペアで行うバーティカル・インバージョン)**－ 実施する選手が逆さの状態では体重を直接サポートする選手に預け、静止またはストール(フリーズ)またははずみをつけて転換するポジション。
64. **Windmill (ウインドミル)**－ 空中技ではなく、回転を伴わないタンブリング技。背中をフロアにつけて横になった状態で始める。脚をVの字に広げ、体の周りを旋回させながら、背中上部から胸までスピニングする。脚を回す反動を使い、背中をフロアにつけた姿勢から胸をフロアにつけた姿勢に回転する。
65. **Working Leg (ワーキング・レッグ)**－ 個人が技を行う際に、技の勢いやポジションを担う脚のこと。