

## 第6回 リズムダンス連盟 リズムダンス部門 開催概要

リズムダンスとは…… リズムに合わせて動くことを最も重視し、身体を使って表現するダンス。ダンスのジャンルは問わない。(オールジャンル可)

### リズムダンス(シングル・ペア・グループ)

部門	条件	人数	演技時間	ステージ	全国大会出場権
小学生		1名～7名	1分30秒～3分00秒	奥行12m×幅15m *目安のフロアサイズ ラインオーバーは減点にはならない。	1位 *成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。
中学生	小学生以下の選手と混合可能				
高校生	中学生以下の選手と混合可能				
大学生から一般	高校生以下の選手と混合可能				

### リズムダンス(団体)

部門	条件	人数	演技時間	ステージ	全国大会出場権
小学生		8名～40名	1分30秒～3分00秒	奥行12m×幅15m *目安のフロアサイズ ラインオーバーは減点にはならない。	1位 *成績優秀な場合は、2位、3位も出場権を得られる場合あり。
中学生	小学生以下の選手と混合可能				
高校生	中学生以下の選手と混合可能				
大学生から一般	高校生以下の選手と混合可能				

#### 審査基準

総合得点100点(芸術40点、技術60点)

##### 芸術

- 1 10点 振付け(視覚的効果、音楽の解釈、動きのバラエティなど)
- 2 10点 構成力(フォーメーションの変化、フロアの使い方など)
- 3 10点 動きの表現力
- 4 10点 ショーマンシップ(表情、エナジー、感情表現、衣装など)

##### 技術

- 1 20点 エレメント
- 2 10点 音楽の適合性(リズムに合っているか)
- 3 10点 テクニック(正確さ、俊敏性、ストップモーションなど)
- 4 10点 一致性(動作のタイミング、高さや角度の一致)
- 5 10点 フォーメーション(縦、横の位置間隔の統一性)

(1)チアダンス、ストリートダンス(HIPHOP、LOCK)、エアロビクス、ジャズダンスなど様々なダンスジャンルから参加可能。  
エレメント一覧表に記載あるエレメントを必ず演技構成の中に入れることとする。

・エレメントを一覧表の中から8個(小学生は4個)選択し、事前にエレメントを申請する。(ドキュメンテーションシートの提出)

\*エレメントとは……

ステップ、ジャンプ、ターンなど技のこと。A難度、B難度、C難度のレベルがある。

エレメントは演技参加者全員が同時に実施しなければならない。

HIPHOP、LOCKに関してステップは8カウント以上16カウント以内で実施。

\*エレメント一覧表は別紙参照

\*ドキュメンテーションシートの提出とは……

大会に先立って指定のドキュメンテーションシートにエレメントを実施順に、エレメント名、難度を記入し提出しなければならない。

(2)衣装など

・リズムダンス競技にふさわしい衣装を着用すること。(暴力的、また卑猥な衣装、化粧、演技はふさわしくない)

・衣装には帽子、キャップ、手袋、スカーフ、アクセサリを含む。

・演技中に衣装の一部を外したり、脱いだりしてもかまわない。

・裸足、または内履きを履くこと。(外履き、ヒールは禁止)

・小道具(ステップ台、ボール、つえ、ウェイト、ラバーバンドなど)の使用は可能だが入退場時に持ち込み、および撤去出来る物とする。

・医療関連のテーピング等は使用可とする。

(3)当連盟では安全性を考えた振付(構成)を推奨。

(4)コンクール部門あり。 \*エレメントを入れず出場可能。(エレメントの評価はしない)  
エレメント以外(部門、条件、人数、演技時間、ステージ)は同じ。

#### 減点事項

- ・タイムオーバー 規定時間枠内に演技がなされなかった場合(5.0の減点)
- ・プレパフォーマンス(5.0の減点) \*オープニングポーズまでに20秒以内で用意する。最初の一人がステージに踏み出したときからカウント始まる。
- \*ラインオーバーは減点対象外

# リズムダンス エレメント一覧表

## LOCK

エレメント名	難度
1 トウワル/トウエル	A
2 ポイント	A
3 スキーターラビット	B
4 スクービードゥー	B
5 スクーパットホップキック	C
6 ロックステディー	B
7 スニーク	A
8 ギター/ファンキーギター	B
9 ストップアンドゴー	C
10 ウィッチウェイ	B
11 ゲットファンシー	C

## HIPHOP

エレメント名	難度
1 ボックス	A
2 スティーブマーティン	A
3 ポップコーン	A
4 ランニングマン	B
5 バックランニングマン	B
6 クラブ	B
7 ブルックリン (アロー)	C
8 ラコステ	B
9 トゥループ	B
10 ホーシング	B
11 ロジャーラビット	B
12 バタフライ	C
13 チャールストン	B
14 ポビーブラウン	B
15 ロボコップ	B
16 キャベッジパッチ	B
17 リーボック (グッチ)	B
18 マイクタイソン	B
19 ニュージャックスイング	B

## チアダンス

エレメント名	難度
1 Gジャンプ	A
2 Y字バランス	A
3 アラセゴンドフェット	C
4 イリュージョン	B
5 カリソ	C
6 サイドスイッチ	C
7 シェネ	A
8 シェネジュッテ	C
9 シェネスイッチ	C
10 シャッセ	A
11 ジュッテ	A
12 スイッチ	B
13 スコーピオン	B
14 セカンド	B
15 ダブルトータッチ	C
16 ティルトジャンプ	B
17 トータッチ (足の高さ水平未満)	A
18 トータッチ (足の高さ水平以上)	C
19 ハードラー	B
20 バックルターン	C
21 ビケ	A
22 ピルエットシングル	A
23 ピルエットダブル	B
24 ピルエットトリプル以上	C
25 ファイヤーパード	B
26 フライアウェイ	A
27 フロート	C
28 ボニー	A
29 ラインダンス	A
30 レッグホールドターン	C
31 側転	B

## エアロピクス

エレメント名	難度
1 ヘリコプター	C
2 リフテッドスタティックウェンソンサポート	B
3 1/1 エアーターン	B
4 2/1 エアーターン	C
5 フリーフォールエアボーン	B
6 タックジャンプ	A
7 ストラドルジャンプ	C
8 コサックジャンプ	B
9 バイクジャンプ	C
10 スイッチスプリットリープ	C
11 1/1 ターン	A
12 2/1 ターン	C
13 バランス 1/1 ターン	C
14 パーチカルスプリット	A
15 フリーサポートパーチカルスプリット	A
16 スプリットスルー (パンケーキ)	A
17 スプリットロール	B
18 イリュージョン	B
19 フリーイリュージョン	C
20 4回連続ハイレッグキック	A

## JAZZ DANCE

エレメント名	難度
1 ソパテスク	B
2 シャッセ	A
3 アウトサイドターン	A
4 アウトサイドターン (2回転以上)	C
5 インサイドターン	A
6 インサイドターン (2回転)	C
7 ピルエット	A
8 ピルエット (2回転)	B
9 ピルエット (3回転以上)	C
10 シェネ	A
11 アラベスク	A
12 アティテュード	A
13 パドブレ	A
14 エアブレーン(バレルターン)	B