

# アーティスティックスイミング 競技規則

(2018)

公益財団法人 日本水泳連盟

# 目 次

AS1	総 則 .....	4
AS2	競技会 .....	4
AS3	年齢要件 .....	4
AS4	セッション .....	4
AS5	プログラム .....	8
AS6	エントリー .....	8
AS7	予選および決勝 .....	12
AS8	フィギュアセッション .....	14
AS9	フィギュアパネル .....	16
AS10	フィギュアの審判 .....	18
AS11	フィギュアセッションにおけるペナルティ .....	20
AS12	フィギュア結果の算出 .....	20
AS13	ルーティンセッション .....	22
AS14	ルーティンの制限時間 .....	28
AS15	音 楽 .....	32
AS16	ルーティンパネル .....	34
AS17	ルーティンの審判 .....	38
AS18	ルーティンにおける減点とペナルティおよびその他の事項 .....	46
AS19	ルーティン結果の算出 .....	52
AS20	最終結果 .....	56
AS21	競技役員とその任務 .....	60
AS22	レフリー .....	62
AS23	他の競技役員 .....	62
AS24	主催者の任務 .....	64
ASAG	エイジグループ規則 .....	68
GR5	スイムウェア .....	72
GR6	広告宣伝 .....	72
GR9	オリンピック競技大会、世界選手権大会、世界水泳選手権 (25m) および FINA 競技会一般規則 .....	73
BL6	テクニカルオフィシャル .....	73

BL9	オリンピック競技大会、世界選手権大会および 世界水泳選手権（25 m） .....	74
BL11	ワールドカップ .....	77
FR10	アーティスティックスイミング用プール .....	77
FR11	オリンピック競技大会および世界選手権大会での アーティスティックスイミング用プール .....	78
FR12	自動記録機器 .....	79
FR13	音響装置と表示基準 .....	79
FR 別図 6	アーティスティックスイミング（競技場詳細）図 .....	81
別表 1	国際フィギュア群別表 .....	82
別表 2	基本姿勢 .....	90
別表 3	基本動作 .....	100
別表 4	フィギュアの解説 .....	110
別表 5	FINA フィギュアグループ 2017-2021 .....	166
別表 6	FINA テクニカルルーティン規定要素 2017-2021 .....	168
別表 7	FINA フリーコンビネーションルーティン規定要素 2017-2021 .....	194
別表 8	FINA ハイライトルーティン規定要素 2017-2021 .....	196
	全国 JOC ジュニアオリンピックカップ規定 .....	200
	(公財)日本水泳連盟 競技者資格規則 .....	204
	(公財)日本水泳連盟 肖像等の使用禁止に対する除外認定競技者規程 .....	207
	(公財)日本水泳連盟 競泳競技会において着用又は携行することができる 水泳用品、用具のロゴマーク等についての取扱規程 .....	209
	(公財)日本水泳連盟 プロテスト（抗議） .....	211

(注記)

AS、ASAG、GR、BL、FR は、それぞれ次の規則の略号を示す。

AS：FINA アーティスティックスイミング規則

ASAG：FINA アーティスティックスイミングエイジグループ規則

GR：FINA 一般規則（FINA General Rules）

BL：FINA 付則（FINA By Laws）

FR：FINA 施設規則（FINA Facilities Rules）

AS、ASAG、GR、BL、FR は FINA HANDBOOK 2017-2021 より抜粋

# アーティスティックスイミング 競技規則

国内競技会は、競技会要項などで、別段の定めができるものとする。

## AS1 総 則

すべてのアーティスティックスイミング国際競技会は、国際水泳連盟（以下「FINA」と言う）ルールに基づいて行われる。

## AS2 競技会

アーティスティックスイミングのイベントは、ソロ、デュエット、ミックスデュエット、チーム、フリーコンビネーション、ハイライトルーティンとする。

## AS3 年齢要件

オリンピック競技大会、世界選手権大会、ワールドシリーズの競技者は、競技会開催年の12月31日に15歳に達していなければならない。

## AS4 セッション

### AS4.1 フィギュア

ソロ、デュエット、チームの各競技者は、別表5に掲げる4フィギュアを行わなければならない。フリーコンビネーションの各競技者は、別表5に掲げる4フィギュアを行ってもよい。シニア/ジュニアとエイジグループフィギュアは、FINA理事会の承認の下に、FINAアーティスティックスイミング技術委員会（以下「TASC」と言う）によって4年ごとに選ばれる。

### AS4.2 テクニカルルーティン：予選および決勝

テクニカルルーティンでは、ソロ、デュエット、ミックスデュエット、チームはそれぞれ別表6に掲げる規定要素を行わなければならない。規定要素はFINA理事会の承認の下に、TASCによって4年ごとに選ばれる。

# ARTISTIC SWIMMING

## AS 1 GENERAL

All international Artistic Swimming competitions shall be held under FINA rules.

## AS 2 COMPETITIONS

The events of Artistic Swimming are Solos, Duets, Mixed Duets, Teams, Free Combination and Highlight Routine.

## AS 3 ELIGIBILITY

Competitors in Artistic Swimming younger than fifteen (15) years of age (on December 31st on the year of the competition) shall not be permitted to compete at the Olympic Games, World Championships and World Series.

## AS 4 SESSIONS

### AS 4.1 Figures

Each competitor in Solo, Duet and Team must perform four (4) figures as described in the Appendix V of these rules. Each competitor in Free Combination may perform four (4) figures as described in the Appendix V of these rules. The Senior / Junior Figures and the Age Group Figures will be selected by the TASC every four (4) years, subject to the approval of the FINA Bureau.

### AS 4.2 Technical Routine: Preliminaries / Finals

In the Technical Routine each Solo, Duet, Mixed Duet and Team must perform the required elements described in the Appendix VI of these rules. The required elements are selected by the TASC every four (4) years, subject to approval by the FINA Bureau.

**AS4.3** フリールーティン：予選および決勝  
ソロ、デュエット、ミックスデュエット、チームは、それぞれフリールーティンを行わなければならない。フリールーティンは、音楽に合わせて群別表にあるいずれのフィギュア、ストローク、およびそれらの部分で構成してもよい。フリールーティンは、選曲、内容または振り付けについて制限がない。

フリーチームルーティンは2人組でのリフトを除き、アクロバティック動作は最大6つまでとする。アクロバティック動作はプッシュされている泳者（ら）を含むすべての泳者の完全な水没で終了する。

複数のアクロバティック動作の場合：

2つのアクロバティック動作間に水没がある場合、それは2つのリフトと見なされる。2つのアクロバティック動作が同時に行われたとき、それは1つのリフトと見なされる。

**AS4.4** フリーコンビネーション：予選および決勝  
フリーコンビネーションは、8～10名の競技者がルーティンを組み合わせて構成される。（別表7参照）

**AS4.5** ハイライトルーティン：予選および決勝  
ハイライトルーティンは、8～10名の競技者が別表8に掲げる規定要素を行う。規定要素は、FINA理事会の承認の下に、TASCによって4年ごとに選ばれる。1つのアクロバティック動作には、すべての泳者が関わること。アクロバティック動作はプッシュされている泳者（ら）を含むすべての泳者の完全な水没で終了する。2つのアクロバティック動作間に水没がある場合、それは2つのリフトと見なされる（別表8）。

複数のアクロバティック動作の場合：

2つのアクロバティック動作間に水没がある場合、それは2つのリフトと見なされる。2つのアクロバティック動作が同時に行われたとき、それは1つのリフトと見なされる。

#### **AS 4.3 Free Routine: Preliminaries / Finals**

Each Solo, Duet, Mixed Duet and Team must perform the Free Routine, which may consist of any listed figures, strokes and / or parts thereof to music.

Free Routines have no restrictions as to the choice of music, content or choreography.

Free Team Routines have a maximum of six acrobatic movements. This does not include partner (2 swimmers) lifts. The acrobatic movement ends with complete submersion of all participants including the one(s) being pushed.

#### **For multiple acrobatic movements:**

When submersion occurs between two acrobatic movements it will be considered as two lifts. When two acrobatic movements happen simultaneously it will be considered as one lift.

#### **AS 4.4 Free Combination: Preliminaries / Finals**

Free Combination has eight (8) to ten (10) competitors who make a combination of routines. (See Appendix VII).

#### **AS 4.5 Highlight Routine: Preliminary / Final**

The Highlight Routine has eight (8) to ten (10) competitors to perform the required elements described in the Appendix VIII of these rules. The required elements are selected by the TASC every four (4) years, subject to approval by the FINA Bureau. An acrobatic movement includes all participants.

The acrobatic movement ends with complete submersion of all participants including the one(s) being pushed. If submersion occurs between two acrobatic movements it will be considered as two lifts (Appendix VIII).

#### **For multiple acrobatic movements:**

When submersion occurs between two acrobatic movements it will be considered as two lifts. When two acrobatic movements happen simultaneously it will be considered as one lift.

## AS5 プログラム

- AS5.1 オリンピック競技大会のチーム：テクニカルルーティンとフリールーティンとし、フリールーティンの抽選はAS13.8.1による。オリンピック競技大会のデュエット：フリールーティン予選、テクニカルルーティン、フリールーティン決勝の順に実施する。
- AS5.2 世界選手権大会：テクニカルルーティン予選、テクニカルルーティン決勝、フリールーティン予選、フリールーティン決勝、フリーコンビネーション予選、フリーコンビネーション決勝およびハイタイトルルーティンとする。
- AS5.3 FINAアーティスティックスイミングワールドシリーズは、BL11.4.1参照のこと。
- AS5.4 世界ジュニア選手権大会は、テクニカルルーティンとフリールーティン：フリールーティン予選、フリーコンビネーション予選、テクニカルルーティン（別表6参照）、フリールーティン決勝およびフリーコンビネーション決勝の順に実施する。（制限時間はASAG6に記載の通り）
- AS5.5 その他のすべての国際競技会において、プログラムはAS4.1-AS4.3のあらゆる組み合わせで行うことができるが、必ずフリールーティンが含まれる。フリーコンビネーションとハイタイトルルーティンの両方またはいずれか一方を含んでもよい。

## AS6 エントリー

- AS6.1 オリンピック競技大会、世界ジュニア選手権大会、大陸および地域別選手権大会、FINA競技会において、（特に指示がない限り）各国1ソロ、1デュエット、1チーム、1フリーコンビネーションおよび1ハイタイトルルーティンにエントリーすることができる。



## AS 5 PROGRAMMES

**AS 5.1 For Olympic Games, Teams:** Technical Routine and Free Routine, with Free Routine draw according to AS 13.8.1.  
**For Olympic Games, Duets, in this order:** Free Routine Preliminary, Technical Routine, and Free Routine Final.

**AS 5.2 For World Championships:** Technical Routines Preliminaries, Technical Routines Finals, Free Routine Preliminaries, Free Routine Finals, Free Combination Preliminary, Free Combination Final and Highlight Routines.

**AS 5.3 For FINA Artistic Swimming World Series:** see BL 11.4.1

**AS 5.4 For World Junior Championships:** Technical Routines and Free Routines in this order: Free Routines Preliminaries, Free Combination Preliminary, Technical Routines, (see Appendix VI), Free Routine Finals and Free Combination Final (time limits as listed in ASAG 6).

**AS 5.5 For all other international competitions,** the programme may be any combination of AS 4.1 - AS 4.3 so that the Free Routine is included. The Free Combination and/or the Highlight Routine may be included.

## AS 6 ENTRIES

**AS 6.1** For Olympic Games, World Junior Championships, Continental and Regional Championships and FINA competitions each country shall be entitled to enter one Solo, one Duet, one Team, one Free Combination and one Highlight Routine (unless otherwise specified).

- AS6.1.1** 世界選手権大会において、各国1テクニカルソロ、1フリーソロ、1テクニカルデュエット、1フリーデュエット、1テクニカルミックスデュエット、1フリーミックスデュエット、1テクニカルチーム、1フリーチーム、1フリーコンビネーションおよび1ハイライトルーティンにエントリーすることができる。女子1名の競技者は最大8イベントに出場することができる、ただしデュエットとミックスデュエットの両方に出場することはできない。男子1名の競技者はテクニカルミックスデュエットとフリーミックスデュエットの2イベントのみ、どちらかまたは両方に出場することができる。
- AS6.1.2** その他のすべての競技会において、全参加国の相互合意により、ソロ、デュエット、チーム、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンのそれぞれに各国2以上のエントリーができる。
- AS6.1.3** 競技者は（特に指示がない限り）各競技会において1ソロ、1デュエット、1ミックスデュエット、1チーム、1フリーコンビネーションおよび1ハイライトルーティンに出場することができる。
- AS6.2** チームおよびフリーコンビネーションルーティン、ハイライトルーティン
- AS6.2.1** オリンピック競技大会において、チームルーティンは8名で構成する。各国がエントリーする競技者の総数は、（特に指示がない限り）9名を超えてはならない。
- AS6.2.2** 世界選手権大会およびFINA競技会において、チームルーティンは8名、フリーコンビネーションは10名、ハイライトルーティンは10名で構成する。FINA競技会において各国がエントリーする競技者の総数は、（特に指示がない限り）12名を超えてはならない。世界選手権大会において、各国がエントリーする競技者の総数は、（特に指示がない限り）その国がミックスデュエットにエントリーする場合は最大2名の男子ミックスデュエットエントリー選手を含み14名を超えてはならない。

**AS 6.1.1** In World Championships each country shall be entitled to enter one Technical Solo, one Free Solo, one Technical Duet, one Free Duet, one Technical Mixed Duet, one Free Mixed Duet, one Technical Team, one Free Team and one Free Combination and one Highlight Routine. A female competitor may compete in a maximum of eight (8) events, and shall not compete in both Duet and Mixed Duets. A male competitor may only compete in two (2) events; Technical Mixed Duet and/or Free Mixed Duet.

**AS 6.1.2** In all other competitions, by mutual agreement of all participating federations, more than: one Solo, one Duet, one Mixed Duet, one Team, one Free Combination and one Highlight Routine shall be allowed.

**AS 6.1.3** A competitor shall be permitted to swim one Solo, one Duet, one Mixed Duet, one Team, one Free Combination and one Highlight Routine (unless otherwise specified).

## **AS 6.2 Team, Free Combination and Highlight Routines:**

**AS 6.2.1** For Olympic Games, team routines shall consist of eight (8) competitors. The total number of competitors entered by each Federation (unless otherwise specified) may not exceed nine (9) competitors.

**AS 6.2.2** For World Championships and FINA competitions, team routines shall consist of eight (8) competitors, ten (10) for Free Combination and ten (10) for Highlight Routines. For FINA competitions, the total number of competitors entered by each Federation (unless otherwise specified) may not exceed twelve (12) competitors. For World Championships, the total number of competitors entered by each Federation (unless otherwise specified) may not exceed fourteen (14) competitors including a maximum of two male competitors only if the federation enters Mixed Duets.

**AS6.3** エントリー用紙は、競技会開始の少なくとも7日前までに、競技会事務局またはその代理者に提出しなければならない。この期限を過ぎると、エントリーは受理されない。

**AS6.3.1** エントリーには、ソロ出場者と補欠の氏名、デュエット出場者と補欠最大1名の氏名、チーム出場者と補欠最大2名の氏名、フリーコンビネーション出場者と補欠最大2名の氏名、ハイライトルーティン出場者と補欠最大2名の氏名を明記する。

世界選手権大会：テクニカルソロ出場者と補欠1名の氏名、フリーソロ出場者と補欠1名の氏名、テクニカルデュエット出場者と補欠最大1名の氏名、フリーデュエット出場者と補欠最大1名の氏名、テクニカルミックスデュエット出場者の氏名、フリーミックスデュエット出場者の氏名、テクニカルチーム出場者と補欠最大2名の氏名、フリーチーム出場者と補欠最大2名の氏名、フリーコンビネーション出場者と補欠最大2名の氏名、ハイライトルーティン出場者と補欠最大2名を明記する。

FINAアーティスティックスイミングワールドシリーズはBL11.4.1参照のこと。

## **AS7 予選および決勝**

**AS7.1** いずれのフリールーティン、フリーコンビネーションまたはハイライトルーティンにおいて、エントリーが13以上ある場合は、予選を行う。上位12位のみ公式決勝に出場できる。

**AS7.1.1** 世界選手権大会：テクニカルルーティンにもこの規則を適用する。

**AS 6.3** Entry forms must be received by the secretary or deputy of the meet at least seven (7) days prior to the start of the competition. After this date no entries will be accepted.

**AS 6.3.1** The entry shall designate the name of the Solo and the reserve, the names of the Duet competitors and a maximum of one reserve, the names of the Team competitors and a maximum of two reserves, the names of the competitors in the Free Combination and a maximum of two reserves and the names of the competitors in the Highlight Routine and maximum of two reserves.

For World Championships: The name of the Technical Solo and the reserve, the name of the Free Solo and the reserve, the names of the Technical Duet competitors and maximum one reserve, the names of the Free Duet competitors and a maximum of one reserve, the names of the Technical Mixed Duet competitors, the names of the Free Mixed Duet competitors, the names of the Technical Team competitors and a maximum of two reserves, the names of the Free Team competitors and a maximum of two reserves, the names of the competitors in the Free Combination and a maximum of two reserves and the names of the competitors in the Highlight Routine and a maximum of two reserves.

For FINA Artistic Swimming World Series: see BL 11.4.1

## **AS 7 PRELIMINARIES AND FINALS**

**AS 7.1** If there are more than twelve (12) entries in any Free Routine, Free Combination, or Highlight Routine, preliminaries shall be held. Only the twelve (12) best results shall be allowed in the official finals.

**AS 7.1.1** In World Championships: This applies also for Technical Routines.

**AS7.2** いずれのフリールーティン、フリーコンビネーションまたはハイライトルーティンにおいて、エントリーが13に満たない場合でも予選を行ってもよい。

**AS7.3** この内容は、競技会要項に記載しなければならない（AS24.2.7参照）。

## **AS8 フィギュアセッション**

**AS8.1** フィギュアセッションは1回のみ行う。

**AS8.2** 世界ジュニア選手権大会とFINA競技会、大陸別選手権と地域別選手権以外の競技会において、競技者は、参加国の合意により、参加選手の能力に応じて、エイジグループフィギュア（別表5参照）から選択することができる。

**AS8.3** 実施フィギュアのグループは、運営委員会の抽選により決定する。

**AS8.3.1** 前項の抽選は、フィギュアセッション開始前18～72時間に行う。

**AS8.3.2** 抽選は公開で行う。

**AS8.4** フィギュアの出場順は、抽選により決定する。この抽選は競技会開始の少なくとも24時間前までに公開で行う。抽選の場所、日時は少なくともその抽選の24時間前までに発表する。

**AS8.4.1** FINA競技会では、フィギュアにプレスイマーをおくことを推奨する。

**AS 7.2** If there are less than thirteen (13) entries in any Free Routine, Free Combination, or Highlight Routine, preliminaries may be held.

**AS 7.3** This information must be included on the information sheet (see AS 24.2.7).

## **AS 8 FIGURE SESSION**

**AS 8.1** Only one figure session shall be held.

**AS 8.2** Competitors in competitions other than World Junior Championships and FINA competitions, continental Championships and regional Championships may, by mutual consent, choose from the Age Group figures (see Appendix V) for the level of ability of the competitors entered in the competition.

**AS 8.3** For the Figure session one group of Figures shall be drawn by the Management Committee.

**AS 8.3.1** The draw shall be made eighteen (18) to seventy-two (72) hours before the start of the Figure Session.

**AS 8.3.2** The draw shall be public.

**AS 8.4** The order of appearance for figures shall be decided by lot. The draw shall take place at least twenty-four (24) hours before the first part of the competition and shall be public. The Place and time shall be announced at least twenty-four (24) hours in advance of the draw.

**AS 8.4.1** For FINA competitions pre-swimmers are recommended for figures.

**AS8.5** フィギュアセッションのスィムウェアは、FINAルールGR5に従い、黒い水着に白いキャップを着用すること。ゴーグルとノーズクリップまたはプラグの使用は任意とする。ジュエリー類は認められない。競技者はイベント開始前にジュエリー類をはずさなければならない。

## **AS9 フィギュアパネル**

**AS9.1** 有資格ジャッジが十分に揃う場合は、ジャッジ6名または7名による1パネル、2パネルまたは4パネルで審判にあたる。

**AS9.1.1** 1パネルの場合、すべての競技者はフィギュアのリスト順に1つずつ4つのフィギュアを行う。

**AS9.1.2** 2パネルの場合、各パネルは2つのフィギュアを審判する。

**AS9.1.3** 4パネルの場合、各パネルは1つのフィギュアを審判する。

**AS9.2** フィギュアセッションの間、ジャッジは競技者の側面が見える高い所に位置する。

**AS9.2.1** すべてのフィギュアおよび審判は、レフリーまたはアシスタントレフリーの合図で開始する。

**AS9.2.2** レフリーまたはアシスタントレフリーの合図で、すべてのジャッジは同時に採点を表示する。

**AS9.2.3** ジャッジの採点は、レフリーまたは任命された競技役員の承認を経てスコアボードに表示されるか、またはコンピューターに送られる。



**AS 8.5** Swimwear for the figure session must be according to FINA rule GR 5. It shall be black and competitors shall wear white cap. Goggles, nose clips or plugs may be worn. Jewellery is not allowed. Competitors must remove the jewelry prior to the start of the event.

## **AS 9 FIGURE PANELS**

**AS 9.1** When qualified judges are available in sufficient numbers one (1), two (2) or four (4) panels of six (6) or seven (7) judges may officiate.

**AS 9.1.1** When one (1) panel of judges is officiating, all competitors shall perform the four (4) figures one by one in the listed order.

**AS 9.1.2** When two (2) panels of judges are officiating, each panel shall judge two (2) figures.

**AS 9.1.3** When four (4) panels of judges are officiating, each panel shall judge one (1) figure.

**AS 9.2** During the Figure session, the judges shall be placed in such elevated positions as to have a profile view of the competitors.

**AS 9.2.1** All figures and judging shall commence at a signal from the referee or assistant referee.

**AS 9.2.2** On a signal from the referee or assistant referee all judges shall simultaneously flash their score.

**AS 9.2.3** Judge's scores may only be flashed on the score board or sent to the computer after approval by the referee or the appointed official.

## AS10 フィギュアの審判

AS10.1 採点は0～10とし、1/10ポイントを使用。

完璧	10	普通	5.9～5.0
完璧に近い	9.9～9.5	不十分	4.9～4.0
秀でている	9.4～9.0	弱い	3.9～3.0
大変よい	8.9～8.0	大変弱い	2.9～2.0
よい	7.9～7.0	認めがたい	1.9～0.1
十分	6.9～6.0	完全な失敗	0

AS10.2 すべての審判は、完璧の観点から行われる。フィギュア内の各トランジションは難しさをもとにした数値的価値（NVT）を有する。ラージ、ミディアム、スモールの減点は、以下のように各NVTの10（PV）のパーセント値から差し引く。

### AS10.2.1 スモール減点

減点0.1～0.5点。トランジションにおいてフィギュア解説から1～15°のわずかな逸脱があるとき、スモール減点とする。

### AS10.2.2 ミディアム減点

減点0.6～1.5点。トランジションの解説にそって実施されているが、16～30°の明らかな逸脱があるとき、ミディアム減点とする。

### AS10.2.3 ラージ減点

減点1.6～3.0点。トランジションが解説よりも31°以上の逸脱があるとき、ラージ減点とする。

AS10.2.4 どのトランジションにおいても過度の移動または規定されている移動の不足に対する減点は0.5点を超えてはならない。

注意：減点は、それぞれのトランジションのPV  
(proportional value of the transition) を超えないこと。

AS10.3 何らかの理由によりいずれかのジャッジがフィギュアを採点できなかった場合、他のジャッジの採点を平均し、そのジャッジの採点とみなす。この場合、小数点以下第1位まで算出する。

## AS 10 JUDGEMENT OF FIGURES

**AS 10.1** The competitor can obtain points from 0–10 using 1/10th points.

Perfect	10	Satisfactory	5.9 – 5.0
Near perfect	9.9 – 9.5	Deficient	4.9 – 4.0
Excellent	9.4 – 9.0	Weak	3.9 – 3.0
Very Good	8.9 – 8.0	Very weak	2.9 – 2.0
Good	7.9 – 7.0	Hardly recognizable	1.9 – 0.1
Competent	6.9 – 6.0	Completely failed	0

**AS 10.2** All judgements are made from the standpoint of perfection with each transition of the figure having a numerical value based on its difficulty (NVT). Large, medium and small deductions shall be taken from the percent value of ten (PV) of each figure as follows.

### AS 10.2.1 SMALL DEDUCTION

Deduction 0.1 - 0.5 points. A small deduction shall be taken when the transition follows the description of the figure with minimal deviations of 1-15 degrees.

### AS 10.2.2 MEDIUM DEDUCTION

Deduction 0.6 - 1.5 points. A medium deduction shall be taken when an attempt is made to follow the description of the transition but there are some obvious deviations of 16-30 degrees.

### AS 10.2.3 LARGE DEDUCTION

Deduction 1.6 - 3.0 points. A large deduction shall be taken when the transition does not conform to the description by 31 degrees or more.

**AS 10.2.4** Deductions for excessive travel or lack of required travel in any transition shall not exceed 0.5.

*NOTE: A deduction may not exceed the PV of the respective transition.*

**AS 10.3** If any judge for any reason has made no award for any one figure, the average of the awards of the other judges shall be computed and shall be considered as that of the missing award. This shall be calculated to the nearest 0.1 point.

## AS11 フィギュアセッションにおけるペナルティ

AS11.1 競技者が通告されたフィギュアを行わなかったとき、またはそのフィギュアに要求されるすべての要素すべてを満たさなかったとき、または解説に従って実施しなかったとき、レフリーまたはアシスタントレフリーはそのフィギュアの結果がゼロになることを競技者とジャッジに通知する。

AS11.2 コンティニューアスピンにおいて、定められた回転数の180度過不足はAS11.1のもとで判断される。

AS11.3 フィギュア競技において、フィギュアがゼロ点になった場合、レフリーは公式ビデオを確認してもよい。

## AS12 フィギュア結果の算出

AS12.1 採点の最高点と最低点（各1つ）を除く。4つまたは5つの採点を合計し、4または5で割る。そのフィギュアの難易率をかけ、4つのフィギュアのそれぞれの点を算出する。

AS12.2 4つのフィギュアの合計をそのフィギュアグループの合計難易率で割り、10をかける（100点換算）。

### AS12.3 フィギュア結果

AS12.3.1 ソロの場合、フィギュア結果はAS12.2の通り。

AS12.3.2 デュエットの場合、各競技者のフィギュア結果をAS12.2に従って算出し、これらを合計し、2で割り平均値を求める（小数点以下第5位を四捨五入する）。

## **AS 11 PENALTIES IN FIGURE SESSION**

**AS 11.1** If a competitor does not perform the announced figure, or if the figure does not have all the required actions or is performed other than according to the description, the referee or assistant referee shall inform the judges and the competitor that the result will be zero for that figure.

**AS 11.2** In a Continuous Spin, any 180° deviation (more or less) in the exact required number of rotations would be considered under AS 11.1.

**AS 11.3** In a Figure competition, if the award for the figure is a zero, the referee may review the official video.

## **AS 12 CALCULATION OF THE FIGURE RESULT**

**AS 12.1** The highest and the lowest awards are cancelled (one of each). The four (4) or five (5) awards are added, the sum divided by four (4) or five (5). The result is multiplied by the degree of difficulty, to obtain the score for each of the four figures.

**AS 12.2** The sum of the four figures shall be divided by the total of the degree of difficulty of the group and multiplied by 10.

**AS 12.3** The figure result shall be:

**AS 12.3.1** For Solo the result shall be obtained according to AS 12.2.

**AS 12.3.2** For Duets - for each competitor the result shall be obtained according to AS 12.2. These results shall be added and divided by two (2) to find the average score (round off to four decimal places).

**AS12.3.3** チームの場合、チームルーティンを泳いだ各競技者のフィギュア結果をAS12.2に従って算出し、これらを合計し、チーム出場人数で割り平均値を求める（小数点以下第5位を四捨五入する）。

**AS12.3.4** デュエット予選、またはチーム予選後に競技者が（病気または怪我により）フィギュア競技に出場することができない場合、デュエットについては、補欠のフィギュア得点をデュエットの合計得点に用いる。チームについて、補欠2名のうちフィギュア得点の高い方をそのチームの合計得点に用いる。

## **AS13 ルーティンセッション**

**AS13.1** ミックスデュエットは女子1名と男子1名とする。

**AS13.2** チームは4～8名とする（例外についてはAS6.2を参照）。チーム人数は、予選と決勝で、またはテクニカルルーティンとフリールーティンで、変更することはできない。

**AS13.3** フリーコンビネーションは8～10名とする。

**AS13.4** ハイライトルーティンは8～10名とする。

**AS13.5** フリーコンビネーションとハイライトルーティンにおいて、競技者の人数は、予選と決勝で、変更することはできない。

**AS13.6** デュエット、チーム、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンのイベントにおいて、AS6.3.1に従い、エントリーした競技者の間で、ルーティンセッション前に交代することができる。

**AS 12.3.3** For Teams - for each competitor who swims a team routine the result shall be obtained according to AS 12.2. These results shall be added and the total divided by the number of competitors on the team to find out the average score (round off to four decimal places).

**AS 12.3.4** If a competitor after the preliminaries in Duet or Team is not able to swim figures (due to illness or injury), in Duet the figure score of the reserve is used to determine the total score for the duet. in Team, the higher figure score of the two reserves is used to determine the total score for the team.

## **AS 13 ROUTINE SESSIONS**

**AS 13.1** A mixed duet shall consist of one female and one male.

**AS 13.2** A team shall consist of at least four (4) but not more than eight (8) competitors (except for the exceptions, see AS 6.2). The number of team competitors may not change between Preliminaries and Finals or Technical and Free Routines.

**AS 13.3** A Free Combination shall consist of eight (8) to ten (10) competitors.

**AS 13.4** A highlight routine shall consist of at least eight (8) but not more than ten (10) competitors.

**AS 13.5** In a Free Combination and a Highlight routine, the number of competitors may not change between Preliminaries and Finals.

**AS 13.6** In Duet, Team, Free Combination and Highlight Routine events competitors who are listed on the entry according to rule AS 6.3.1 may be interchanged before routine sessions.

- AS13.6.1** もっとも新しいエントリーリストから競技者の名前を変更する場合、公式に発表されたルーティン出場順1番の開始時刻の少なくとも2時間前までに、レフリーに書面で提出しなければならない。この時刻は公式競技会スケジュールで公表しなければならない。これ以降の変更は、競技者の急病または事故の場合で、補欠選手が競技会に遅れることなく出場できる場合のみ許可される。このような状況における最終決定はレフリーが行う。ソロの予選では、GMSに登録されていればソロの補欠に変更できる。それ以降のイベントでは変更はできない。
- AS13.6.2** 交代要員不足のため、AS4.4、AS4.5、AS6.2、AS13.2、AS13.3またはAS13.4に規定されるチーム、フリーコンビネーションまたはハイライトルーティンのサイズに満たない場合、そのチームは失格とする。
- AS13.6.3** AS13.6.1に従って、交代や棄権をレフリーに届け出なかった場合、そのルーティンは失格とする。
- AS13.7** テクニカルルーティン、フリールーティン予選、フリーコンビネーション予選またはハイライトルーティン予選の出場順は、抽選で決定する。抽選は競技会開始の少なくとも18時間前までに公開で行う。抽選の場所と日時は、その抽選の少なくとも24時間前までに発表する。
- AS13.7.1** 抽選は、チーム、フリーコンビネーション、ハイライトルーティン、デュエット、ソロ予選の順に行う。テクニカルルーティンとフリールーティンの両方を行う競技会では、そのイベントのテクニカルルーティンの抽選を先に行い、次にフリールーティンの抽選を行う（チームテクニカル、チームフリー予選、フリーコンビネーション予選、ハイライトルーティン予選、デュエットテクニカル、デュエットフリー予選、ミックスデュエットテクニカル、ミックスデュエットフリールーティン予選、ソロテクニカル、ソロフリー予選）。



**AS 13.6.1** Any changes of the names of the competitors from the most recent entry lists must be handed to the referee in writing at least two hours prior to the published start time of routine number one. This time must be published in the official competition schedule. Changes after this can only be made in case of sudden illness or accident of a competitor and if the reserve is ready to compete without delaying the competition. The final decision in such a situation shall be made by the referee. For preliminary solo competitions, the solo reserve may be substituted if registered in the GMS. For subsequent events, no substitution will be allowed.

**AS 13.6.2** If the lack of the reserve reduces the Team, Free Combination or Highlight Routine size to less than that defined in AS 4.4, AS 4.5, AS 6.2, AS 13.2, AS13.3 or AS 13.4 the team shall be disqualified.

**AS 13.6.3** Failure to notify the Referee of substitution and / or scratching according to the rule AS 13.6.1 shall result in disqualification of the routine.

**AS 13.7** The order of appearance for Technical Routines, Free Routines Preliminaries, Free Combination Preliminaries or Highlight Routine Preliminaries shall be decided by lot. The draw shall take place at least eighteen (18) hours before the first part of the competition and shall be public. The place and time shall be announced at least twenty-four (24) hours in advance of the draw.

**AS 13.7.1** The order of the draw shall be Teams, Free Combination, Highlight Routine, Duets and Solos Preliminaries. For competitions involving both Technical and Free Routines, the draw for the Technical Routine events shall first be held followed by the Free Routine Draw (Team Technical, Team Free Preliminary, Free Combination Preliminary, Highlight Routine Preliminary, Duet Technical, Duet Free Preliminary, Mixed Duet Technical, Mixed Duet Free Preliminary, Solo Technical, Solo Free Preliminary).

- AS13.7.2** テクニカルルーティン、フリールーティン予選、フリーコンビネーション予選またはハイライトルーティン予選で出場順1番を引いた国は、他の残るすべての予選の1番から除外される。
- AS13.7.3** FINA競技会においては、すべてのルーティンにプレスマーをおくことを推奨する。
- AS13.8** フィギュアとテクニカルルーティン両方またはいずれか一方と、フリールーティン予選との合計得点（AS20.2参照）、およびフリーコンビネーション予選の得点の上位12位が決勝に進出できる。  
世界選手権大会における例外：テクニカルルーティン、フリールーティン、フリーコンビネーションの上位12位が、各決勝に進出する。
- AS13.8.1** 決勝の出場順は、6出場者ごとのグループで抽選し決定する。AS13.8に従い、1～6位となった出場者は出場順の7～12番を抽選し、7～12位になった出場者は出場順の1～6番を抽選する。もし出場者の数が6で割り切れない場合は、最少のグループから抽選を開始する。  
オリンピック競技大会では、チームフリールーティン出場順の抽選は、5チームずつ2グループで行う。
- AS13.8.2** 決勝の抽選は、各グループの最高位の通過者が最初に抽選をし、続けて順位順に行く。6グループずつの同じグループ内に同点があった場合、出場順を先に抽選する競技者をくじによって決定する。もし、6位と7位（異なるグループ）で同点のものがあった場合、そのルーティンで独自のグループ（1～5位、6～7位、8～12位）を作り抽選を行う。
- AS13.9** シアトリカルメイク（舞台化粧）をしてはならない。自然で清潔感のある健康的な輝きの化粧は認められる。

**AS 13.7.2** When a Federation draws start number one (1) in a Technical Routine or Free Routine Preliminary, Free Combination Preliminary or Highlight Routine Preliminary, this Federation shall be exempted from start number one (1) in all remaining preliminary sessions.

**AS 13.7.3** For FINA competitions pre-swimmers are recommended for all routine events.

**AS 13.8** After the Figures and/or Technical Routines, Free Routine Preliminaries and Free Combination Preliminary, the top twelve (12) by total score (see AS 20.2) will compete in the finals.

Exception : In World Championships: After each Technical / Free Routine / Free Combination the top twelve will compete in the respective Finals.

**AS 13.8.1** The order of appearance in the finals shall be determined by lot in groups of six competitors. Those who placed 1-6 per AS 13.8 shall draw for start numbers 7-12; those who placed 7-12 per AS 13.8 shall draw for start numbers 1-6. If the number of the competitors is not divisible by six (6), the smallest group must start first.

At the Olympic Games the draw for order of appearance for the Team Free Routine shall be in two (2) groups of five (5).

**AS 13.8.2** For the final draw: the highest qualifier in each group shall draw first, with the next qualifiers drawing in order of placement. If there is a tie for the placement within the same group of six, the names of the tied competitors shall be drawn by lot to determine the competitor to draw first for order of swim. If there is a tie for places 6 and 7 (different groups), those routines will form their own group in the draw (1-5, 6-7, 8-12).

**AS 13.9** Theatrical make-up shall not be worn. Makeup that provides a natural, clean and healthy glow is acceptable.

AS13.10 アクセサリー類、ゴーグル、または附属的な衣類は認められない。ただし、医学的見地より必要とされる場合はこの限りではない。

AS13.11 ノーズクリップやプラグの使用は任意とする。

AS13.12 ジュエリー類は認められない。競技者はそのルーティン開始前にジュエリー類をはずさなければならない。

AS13.13 ルーティンにおいて、陸上動作中にスタック、タワーまたはヒューマンピラミッドを実施してはならない。

AS13.14 ルーティンのスイムウェアはGR5とAS13.9-13.12に従う。イベントで、競技者のスイムウェアがこれに従ってないとレフリーが判断した場合、競技者は適切なスイムウェアに着替えるまで、競技に参加することはできない。

## AS14 ルーティンの制限時間

AS14.1 すべてのルーティンの制限時間は、陸上動作10秒を含み、以下の通りとする。

AS14.1.1 ソロ	テクニカルルーティン	2分00秒
	フリールーティン	2分30秒
AS14.1.2 デュエット	テクニカルルーティン	2分20秒
	フリールーティン	3分00秒
AS14.1.3 ミックスデュエット	テクニカルルーティン	2分20秒
	フリールーティン	3分00秒
AS14.1.4 チーム	テクニカルルーティン	2分50秒
	フリールーティン	4分00秒
AS14.1.5 フリーコンビネーション		4分00秒
AS14.1.6 ハイライトルーティン		2分30秒

**AS 13.10** The use of accessory equipment, goggles or additional clothing is not permitted unless required for medical reasons.

**AS 13.11** Nose clips or plugs may be worn.

**AS 13.12** Jewelry is not allowed. Competitors must remove the jewelry prior to the start of the routine.

**AS 13.13** In routines, during the deck movements, competitor(s) shall not execute stacks, towers or human pyramids.

**AS 13.14** In routines, the swimwear must conform to GR5 and AS 13.9.-13.12. In the event that the referee thinks the competitor(s) swimwear does not conform, the competitor will not be permitted to compete until changing into appropriate swimwear.

## **AS 14 TIME LIMITS FOR ROUTINES**

**AS 14.1** Time limits for all routines including ten (10) seconds for deck movement:

**AS 14.1.1 Technical Routine Solos:** 2 minutes 00 seconds  
**Free Routine Solos:** 2 minutes 30 seconds

**AS 14.1.2 Technical Routine Duets:** 2 minutes 20 seconds  
**Free Routine Duets:** 3 minutes 00 seconds

**AS 14.1.3 Technical Routine Mixed Duets:** 2 minutes 20 seconds  
**Free Routine Mixed Duets:** 3 minutes 00 seconds

**AS 14.1.4 Technical Routine Teams:** 2 minutes 50 seconds  
**Free Routine Teams:** 4 minutes 00 seconds

**AS 14.1.5 Free Combination:** 4 minutes 00 seconds

**AS 14.1.6 Highlight Routine:** 2 minutes 30 seconds

- AS14.1.7** すべてのルーティンのそれぞれの制限時間に増減15秒を認める。
- AS14.1.8** すべてのルーティンイベントにおいて、競技者は指定されたスタート地点から静止するまでのウォークオンにかかる時間が30秒を超えてはならない。計時は最初の競技者がスタート地点を通過するときに開始し、最後の競技者が静止するときに終了する。
- AS14.1.9** ルーティンイベントにおいて、ルーティンを水中でスタートする場合、競技者は水中で静止した開始姿勢をとるまでに30秒を超えてはならない。計時は最初の競技者がスタート地点を越えたときから最後の競技者が開始姿勢をとったときまでとする。
- AS14.1.10** エイジグループの制限時間 - ASAG6参照
- AS14.2** ルーティンの計時は、音楽の開始と終了により行う。陸上動作の計時は、最後の競技者がプールデッキを離れたときまでとする。ルーティンの開始は、陸上または水中のどちらでもよいが、終了は水中でなければならない。
- AS14.3** 音楽と審判は、レフリーまたは任命された競技役員の合図で開始する。この合図の後、競技者は中断することなくルーティンを行わなければならない (AS182参照)。
- AS14.4** 計時員は、ウォークオンと陸上動作の時間と同様に、ルーティン全体の時間も計時する。計時した時間を記録用紙に記録する。陸上動作やルーティンの制限時間の許容 (AS14.1参照) を逸脱した場合、計時員はレフリーまたはレフリーに任命された競技役員に通知する。

**AS 14.1.7** There shall be an allowance of fifteen (15) seconds less or plus the allotted time for all routines.

**AS 14.1.8** In all routine events, the walk-on of the competitors from the designated starting point to the achievement of a stationary position(s) may not exceed 30 seconds. Timing shall commence when the first competitor passes the starting point and end when the last competitor becomes stationary.

**AS 14.1.9** In routine events, when the Routine starts in the water, the time allowance for the competitors to achieve a stationary starting position in the water shall not exceed 30 seconds. Timing shall commence when the first competitor moves past the starting point and end when the last competitor assumes a starting position.

**AS 14.1.10** Age Group time limits - see ASAG 6.

**AS 14.2** Timing of all of the routines shall start and finish with the accompaniment. Timing of the deck movements shall end as the last competitor leaves the deck. Routines may start on the deck or in the water, but they must finish in the water.

**AS 14.3** The routine accompaniment and judging shall begin upon a signal from the referee or appointed official. After the signal, the competitor(s) must perform the routine without interruption (see AS 18.2).

**AS 14.4** The timers shall check the overall time of the routine as well as that of the deck movements. The times shall be recorded on the score sheet. If the time limit is exceeded for the deck work or there is a deviation from the routine time limit allowance (see AS 14.1) the timers shall advise the referee or the appointed official designated by the referee.

## AS15 音 楽

- AS15.1 音響責任者は、各ルーティンの音楽を保管し、適切に再生できるように責任を持つ。
- AS15.2 FINA競技会では、デシベル（サウンドレベル）メーターをサウンドレベルのモニター用に使用し、平均90デシベル、または瞬間最高100デシベルを超えないように注意する。
- AS15.3 組織委員会と音楽マスターは、2つの異なる方法で音楽を求め、それを再生する。どの競技会でどの方法が使用されるかは、サモンズ（要項）に明記される。

方法1 - チームマネージャーまたはコーチは、ルーティンごとに3枚のディスクを用意し、それぞれのディスクに速度、競技者氏名、国名を表記しなければならない。これらのディスクの提出期限は練習セッション開始15日前までとする。期限が守られた場合、音響責任者は音楽の正確な再生に関して全責任を持つ。他のいかなる状況において、もし、音響再生が作動しない場合、チームマネージャーは直ちにその音楽のディスクをさらに2枚提出する権利がある。もし、その2枚のディスクもまた作動しない場合、その競技者は失格となる。

方法2 - チームマネージャーまたはコーチは、サモンズ（要項）の指示に従ってインターネットを介して音響責任者に音楽を電子的に提出しなければならない。それぞれの提出物には、イベント、競技者氏名、および国名を表記しなければならない。練習セッションの最初の日に、チームマネージャーまたはコーチは再生確認ができる。必要に応じて、チームマネージャーまたはコーチは、容認できる複製を音響責任者に提示して音楽を変更することを許可される。



## **AS 15 MUSIC ACCOMPANIMENTS**

**AS 15.1** The Sound Center Manager shall be responsible for securing and properly presenting the accompaniment for each routine.

**AS 15.2** For FINA competitions, a decibel (sound level) meter shall be used to monitor the sound level and ensure that no person is exposed to average sound levels exceeding 90 decibels (rms) or momentary peak sound levels exceeding 100 decibels.

**AS 15.3** The Organizing Committee and Music Master may request music and reproduce it in 2 different ways. It will be clearly stated in the Summons which method will be used at that competition.

**Method 1** - Team Managers/Coaches are responsible for labelling three individual discs for each routine providing speed, name of the competitor and the name of the national federation. The deadline for receiving the discs is 15 days prior to the start of practice sessions. If the deadline is met, the Sound Center Manager is entirely responsible for the correct execution of the music. In all other circumstances if the sound reproduction is not working, the Team Manager is entitled to bring immediately two additional copies of the music. If the two additional copies fail again, the competitor is disqualified.

**Method 2** - Team managers/Coaches are responsible for submitting their music electronically via the Internet to the Sound Center manager according to the instructions in the Summons. Each submission shall be labelled as to event, name of the competitors and the name of the national federation. On the first day of the practice sessions, Team Managers/Coaches shall be allowed to verify playback. If necessary, the Team Manager/Coach may be allowed to change the music by presenting an acceptable reproduction to the Sound Center Manager.

期限が守られた場合、音響責任者は音楽の正確な再生に関して全責任を持つ。他のいかなる状況において、もし、音響再生が作動しない場合、チームマネージャーは直ちにその音楽のディスクをさらに1枚提出する権利がある。もし、その追加のコピーが作動しない場合、その競技者は失格となる。

## **AS16 ルーティンパネル**

**AS16.1** ジャッジ5名の3パネルを編成する。フリールーティン、フリーコンビネーション、ハイライトルーティンでは、1パネルがエクスキューション、1パネルがアーティスティックインプレッション、1パネルがディフィカルティを審判する。テクニカルルーティンでは、1パネルがエクスキューション、1パネルがインプレッション、1パネルがエレメンツを審判する。

### **AS16.1.1 ジャッジ編成**

フリールーティン、フリーコンビネーション、ハイライトルーティン

パネル1 - エクスキューション

パネル2 - アーティスティックインプレッション

パネル3 - ディフィカルティ

テクニカルルーティン

パネル1 - エクスキューション

パネル2 - インプレッション

パネル3 - エレメンツ

**AS16.2** ルーティンセッションの間、ジャッジはプールの両側で高い所に位置する。

**AS16.3** それぞれのルーティンが終了したとき、ジャッジは大会運営委員会が用意した採点用紙に採点を記入する。これらの採点用紙は、採点が表示またはアナウンスされる前に集められる。また、誤りや異議のある場合、これらの採点用紙が承認された採点となる。

If the deadline is met, the Sound Centre Manager is entirely responsible for correct execution of the music. In all other circumstances if the sound reproduction is not working, the Team Manager is entitled to bring immediately one additional copy of the music. If the one additional copy fails again, the competitor is disqualified.

## **AS 16 ROUTINE PANELS**

**AS 16.1** Three (3) panels of five (5) judges must officiate: in Free Routines, Free Combination and Highlight Routine one panel for Execution, one panel for Artistic Impression and one panel for Difficulty, and in Technical Routines one panel for Execution, one panel for Impression and one panel for Elements.

### **AS 16.1.1 Judges must officiate:**

#### **In Free Routines, Free Combination and Highlight Routine**

Panel One - Execution

Panel Two - Artistic Impression

Panel Three - Difficulty

#### **In Technical Routines**

Panel One - Execution

Panel Two - Impression

Panel Three - Elements

**AS 16.2** During routine sessions, the judges shall be placed in elevated positions on opposite sides of the pool.

**AS 16.3** At the completion of each routine, the judges record their scores on judging papers provided by the Meet Management Committee. These judging papers shall be collected before the scores are displayed or announced and shall be the accepted score in case of error or dispute.

- AS16.3.1** レフリー（またはアシスタントレフリー）の合図で、ジャッジのスコアはパネルごとに手動または電動で同時に表示する。
- AS16.4** 1名または2名以上のジャッジが病気または不測の事態により、ルーティンを採点できなかった場合、他のジャッジの採点を平均し、そのジャッジの採点とみなす。この場合、小数点以下第1位まで算出する。
- AS16.4.1** セッション中に予測不能の事態が生じて1人または2名以上のジャッジがルーティンを採点できない場合、レフリーはそのセッションと演技を中断できる。問題を解決し安全を確認した後、レフリーはセッションを再開し、競技者が再び泳ぐことを許可する。
- AS16.5** ジャッジの採点は、レフリーまたは任命された競技役員の承認を経てスコアボードに表示されるか、またはコンピューターに送られる。
- AS16.6** テクニカルルーティン、フリーコンビネーションルーティンおよびハイライトルーティンにおいて、レフリーとアシスタントレフリーは規定要素とフリーチームルーティンのアクロバティック動作の数を監察する。
- AS16.7** すべてのルーティンにおいて、レフリーはプール水底の使用を監察する競技役員を任命する。

**AS 16.3.1** On a signal from the referee, (or assistant referee) the judges scores will simultaneously be presented manually or electronically for each panel.

**AS 16.4** If one or more judges by reason of illness or other unforeseen circumstances cannot make an award for a routine, the average of the awards of the other judges shall be computed and shall be considered as the award. This shall be calculated to the nearest 0.1 point.

**AS 16.4.1** If an unexpected situation happens during a session and one or more judges cannot make an award for a routine, the referee can disrupt the session and performance. After settlement of the matter and confirmation that it is safe, the referee shall resume the session and allow the competitor to swim again.

**AS 16.5** After approval by the referee or the appointed official, judges' scores may be flashed on the score board or sent to the computer.

**AS 16.6** For Technical Routines, Free Combination Routines and Highlight Routines, the referee and assistant referees monitor the required elements and the number of acrobatic movements of Free Team Routines.

**AS 16.7** For all Routines, official/officials appointed by the Referee monitor the use of the bottom of the pool.

## AS17 ルーティンの審判

AS17.1 採点は0～10とし、1/10ポイントを使用。

完璧	10
完璧に近い	9.9～9.5
秀でている	9.4～9.0
大変よい	8.9～8.0
よい	7.9～7.0
十分	6.9～6.0
普通	5.9～5.0
不十分	4.9～4.0
弱い	3.9～3.0
大変弱い	2.9～2.0
認めがたい	1.9～0.1
完全な失敗	0

AS17.2 フリールーティン、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンにおいて、各ジャッジはそれぞれ10点満点（AS17.1参照）で1つのスコアを出す。エクスキューションパネルのジャッジは、完遂度と同時性を1スコアで採点する。アーティスティックインプレッションパネルのジャッジは、構成、音楽の解釈、プレゼンテーションを1スコアで採点する。デイフィカルティパネルのジャッジは、難易度を1スコアで採点する。以下のパーセント配分は、TASCが決定する。

## AS 17 JUDGEMENT OF ROUTINES

**AS 17.1** In Routines the competitor can obtain points from 0– 10 using 1/10th points.

Perfect	10
Near Perfect	9.9 – 9.5
Excellent	9.4 – 9.0
Very Good	8.9 – 8.0
Good	7.9 – 7.0
Competent	6.9 – 6.0
Satisfactory	5.9 – 5.0
Deficient	4.9 – 4.0
Weak	3.9 – 3.0
Very Weak	2.9 – 2.0
Hardly Recognizable	1.9 – 0.1
Completely Failed	0

**AS 17.2** In Free Routines, Free Combination Routines and Highlight Routines each judge shall award one score, from 0 - 10 points each (see AS 17.1). Execution panel judges shall award one score for Execution and Synchronisation. Artistic Impression panel judges shall award one score for Choreography, Music Interpretation, and Manner of Presentation. The difficulty panel judges shall award a score for Difficulty.

All the following percent arrays are subject to the decision of the TASC.

### AS17.2.1 第1パネル エクスキュージョン スコア 30%

	フリー ソロ	フリー デュエット ミックスデュエット	フリーチーム フリーコンビネーション ハイライトルーティン
完遂度 - 高度な専門スキルの実施における優秀さのレベル。すべての動きの完遂度。	90%	50%	50%
同時性 - 水上、水面、水面下における、泳者同士および泳者と音楽とが調和する動きの正確さ。泳者同士および泳者と音楽とのタイミングの同時性。	10%	50%	50%

### AS17.2.2 第2パネル アーティスティックインプレッション スコア 40%

	フリー ソロ	フリー デュエット ミックスデュエット	フリーチーム フリーコンビネーション ハイライトルーティン
構成 - 芸術的かつ技術的な要素を兼ね備えたルーティンを構成している創造的なスキル。その構想、そしてすべての動きの多様性と創造性を紡ぎ合わせる事。	100%	100%	100%
音楽の解釈 - 音楽のムードの表現、音楽の構造の使い方。			
プレゼンテーション - 見ている人へのルーティンの演じ方。ルーティンのパフォーマンスを意のままに操ること。			

### AS17.2.3 第3パネル ディフィカルティ スコア 30%

	フリー ソロ	フリー デュエット ミックスデュエット	フリーチーム フリーコンビネーション ハイライトルーティン
難易度 - 達成する難しさの度合い。すべての動きの難しさと同時性の難しさ。	100%	100%	100%



**AS 17.2.1 First panel - EXECUTION Score - 30%**

Consider	Free Solo	Free Duet / Mixed Duet	Free Team Free Combination Highlight Routine
<b>EXECUTION</b> - the level of excellence in performing highly specialised skills. Execution of all movements.	90%	50%	50%
<b>SYNCHRONISATION</b> - the precision of movements in unison, one with the other, and the accompaniment above, at and below the surface. Synchronisation of timing of one with another and with the music.	10%	50%	50%

**AS 17.2.2 Second panel - ARTISTIC IMPRESSION Score - 40%**

Consider	Free Solo	Free Duet / Mixed Duet	Free Team Free Combination Highlight Routine
<b>CHOREOGRAPHY</b> - the creative skill of composing a routine that combines artistic and technical elements. The design and weaving together of variety and creativity of all movements.	100%	100%	100%
<b>MUSIC INTERPRETATION</b> - expressing the mood of the music, use of the music's structure.			
<b>MANNER OF PRESENTATION</b> - the manner in which the swimmer(s) present(s) the routine to the viewers. The total command of the performance of the routine.			

**AS 17.2.3 Third panel - DIFFICULTY Score - 30%**

Consider	Free Solo	Free Duet / Mixed Duet	Free Team Free Combination Highlight Routine
<b>DIFFICULTY</b> - the quality of being hard to achieve. Difficulty of all movements and of synchronization.	100%	100%	100%

### AS17.3 テクニカルルーティン

テクニカルルーティンにおいて、各ジャッジはそれぞれ10点満点（AS17.1参照）でスコアを出す。エクスキューションパネルのジャッジは、難易率が指定されていないすべての動きの完遂度と同時性を1スコアで採点する。インプレッションパネルのジャッジは、難易度、構成、音楽の解釈、プレゼンテーションを1スコアで採点する。エレメンツパネルのジャッジは、難易率が指定された各規定要素の完遂度と同時性を個々に採点する。

以下のパーセント配分は、TASCが決定する。

#### AS17.3.1 第1パネル エクスキューション スコア 30%

	テクニカル ソロ	テクニカル デュエット ミックスデュエット	テクニカル チーム
<b>完遂度</b> - 高度な専門スキルの実施における優秀さのレベル。難易率が指定されていないすべての動きの完遂度。	90%	50%	50%
<b>同時性</b> - 難易率が指定されていないすべての動作の同時性。水上、水面、水面下における、泳者同士および泳者と音楽とが調和する動きの正確さ。泳者同士および泳者と音楽とのタイミングの同時性。	10%	50%	50%

### AS 17.3 Technical Routines

In Technical Routines each judge shall award a score(s), from 0 - 10 points each (see AS 17.1).

Execution panel judges shall award one score for execution and synchronisation of all movements that do not have an assigned degree of difficulty.

Impression panel judges shall award one score for difficulty, choreography, music interpretation, and manner of presentation.

Elements panel judges shall award individual scores for the execution and synchronisation of each required element with an assigned degree of difficulty.

All the following percent arrays are subject to the decision of the TASC.

#### AS 17.3.1 First panel - EXECUTION Score - 30%

Consider	Technical Solo	Technical Duet Mixed Duet	Technical Team
EXECUTION - the level of excellence in performing highly specialised skills. Execution of all movements that do not have an assigned degree of difficulty.	90%	50%	50%
SYNCHRONISATION - Synchronisation of all movements that do not have an assigned degree of difficulty. The precision of movements in unison, one with the other, and the accompaniment above, at and below the surface. Synchronisation of timing of one with another and with the music.	10%	50%	50%

### AS17.3.2 第2パネル インプレッション スコア 30%

	テクニカル ソロ	テクニカル デュエット ミックスデュエット	テクニカル チーム
<b>難易度</b> - 達成する難しさの度合い。難易率が指定されていないすべての動きの難しさ。	50%	50%	50%
<b>構成</b> - 芸術的かつ技術的な要素を兼ね備えたルーティンを構成している創造的なスキル。その構想、そしてすべての動きの多様性と創造性を紡ぎ合わせること。	50%	50%	50%
<b>音楽の解釈</b> - 音楽のムードの表現、音楽の構造の使い方。			
<b>プレゼンテーション</b> - 見ている人へのルーティンの演じ方。ルーティンのパフォーマンスを意のままに操ること。			

### AS17.3.3 第3パネル エレメンツ スコア 40%

	テクニカル ソロ	テクニカル デュエット ミックスデュエット チーム
<b>完遂度</b> - 高度な専門スキルの実施における優秀さのレベル。難易率が指定されている各規定要素。	90%	50%
<b>同時性</b> - 難易率が指定されている各規定要素の同時性。水上、水面、水面下における、泳者同士および泳者と音楽とが調和する動きの正確さ。泳者同士および泳者と音楽とのタイミングの同時性。	10%	50%

**AS 17.3.2 Second panel - IMPRESSION Score - 30%**

Consider	Technical Solo	Technical Duet Mixed Duet	Technical Team
<b>DIFFICULTY</b> - the quality of being hard to achieve. Difficulty of all movements that do not have an assigned degree of difficulty.	50%	50%	50%
<b>CHOREOGRAPHY</b> - the creative skill of composing a routine that combines artistic and technical elements. The design and weaving together of variety and creativity of all movements.			
<b>MUSIC INTERPRETATION</b> - expressing the mood of the music, use of the music's structure.	50%	50%	50%
<b>MANNER OF PRESENTATION</b> - the manner in which the swimmer(s) present(s) the routine to the viewers. The total command of the performance of the routine.			

**AS 17.3.3 Third panel - ELEMENTS Score - 40%**

Consider	Technical Solo	Technical Duet Mixed Duet, Team
<b>EXECUTION</b> - the level of excellence in performing highly specialised skills. Execution of each required element with an assigned degree of difficulty.	90%	50%
<b>SYNCHRONISATION</b> - Synchronisation of each required element with an assigned degree of difficulty. The precision of movements in unison, one with the other, and the accompaniment above, at and below the surface. Synchronisation of timing of one with another and with music.	10%	50%

**AS17.4** テクニカルルーティンにおいて、エレメンツパネルの1人または2人以上のジャッジが、規定要素の省略または一部省略のためにゼロを入力した場合、レフリーは公式映像を見直す。もし、その規定要素が実施されていた場合は、他のジャッジの採点を平均し、そのジャッジの採点とみなす。この場合、小数点以下第1位まで算出する。  
規定要素が正確に実施されていなかった場合は、レフリーはその規定要素の各ジャッジの採点をゼロ点とするよう記録係に指示をする。

## **AS18 ルーティンにおける減点とペナルティおよびその他の事項**

**AS18.1** チームでは、フリールーティン予選、フリールーティン決勝またはテクニカルルーティンにかかわらず、メンバーが8名に達しない場合は、1名につき0.5点を合計得点から減点する（AS13.2参照）。

**AS18.2** ルーティン終了前に競技者の1人または2人以上が、演技を中止したときは、失格とする。競技者以外の理由による場合、レフリーはそのセッション中に、やり直しを認める。

**AS 17.4** In the Technical Routine, if one or more judges on the Element Panel has entered a zero for any element, or portion of an element the referee will review the official video. If the required element has been executed correctly, then the average of the awards of the other remaining judges shall be computed and shall be considered as the missing award(s). This shall be calculated to the nearest 0.1 point.

If the required element has not been performed correctly, the referee will instruct the scorer to record zeros for that element for each judge.

## **AS 18 DEDUCTION, PENALTIES AND OTHER MATTERS IN ROUTINES**

**AS 18.1** In the Team competition, whether in Free Routine Preliminary, the Free Routine Final or the Technical Routine, one half point penalty shall be deducted from the total score for each member less than eight (8) (see AS 13.2).

**AS 18.2** If one (or more) competitor(s) stops swimming before the routine is completed, the routine will be disqualified. If the cessation is caused by circumstances beyond the control of the competitor(s), the Referee shall allow the routine to be re-swum during the session.

**AS18.3** フリールーティン、テクニカルルーティン、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンにおけるペナルティ:

次の場合は、ルーティン得点より1点を減ずる。

**AS18.3.1** 陸上動作が10秒を超えたとき。

**AS18.3.2** ルーティンの指定制限時間の許容（AS14.1とASAG6参照）を逸脱したとき。

**AS18.3.3** ウォークオンが30秒を超えたとき。

**AS18.3.4** ルーティンの間、競技者が故意にプールの底を使用したとき。

次の場合は、ルーティン得点より2点を減ずる。

**AS18.3.5** ルーティンの間、競技者が他人を支えるために、故意にプールの底を使用したとき。

**AS18.3.6** 競技者が、陸上動作中に自ら演技を中断し、やり直したとき。

**AS18.3.7** ルーティンにおいて、陸上動作中にスタック、タワーまたはヒューマンピラミッドを実施したとき。

**AS18.3.8** フリールーティンチームにおいて、アクロバティック動作の数が最大許容量を超えた場合は、ルーティン得点より2点を減ずる。超えた数に関係なく減点は最大2点とする。



**AS 18.3** Penalties in Free Routines, Technical Routines, Free Combination and Highlight Routine:

A one (1) point penalty shall be deducted from the routine score if:

**AS 18.3.1** The time limit of ten (10) seconds for deck movements is exceeded.

**AS 18.3.2** There is a deviation from the specified routine time limit allowed (less or more than) for the routine and in accordance with AS 14.1 and ASAG 6.

**AS 18.3.3** If the time limit of 30 seconds for the deck walk-on is exceeded.

**AS 18.3.4** A competitor has made a deliberate use of the bottom of the pool during the routine.

A two (2) point penalty shall be deducted from the routine score if:

**AS 18.3.5** A competitor has made a deliberate use of bottom of the pool during a routine to assist another competitor.

**AS 18.3.6** A routine is interrupted by a competitor during the deck movement and a new start is allowed.

**AS 18.3.7** If during the deck movements in routines, competitors are executing stacks, towers or human pyramids.

**AS 18.3.8** In Team Free Routines, if the number of acrobatic movements exceeds the maximum allowance, a two point penalty shall be deducted from the routine score. Regardless of the number of additional acrobatic movements, the maximum penalty would be two points.

## AS18.4 テクニカルルーティンにおけるペナルティとその他の事項

AS18.4.1 テクニカルルーティンにおいて、1人または2人以上の競技者が規定要素のすべてを省略もしくは部分的に省略した場合、または規定要素を正しく実施しなかった場合、エレメンツパネルのジャッジはその規定要素をゼロとする。

AS18.4.2 テクニカルルーティンにおいて、規定要素の順序の間違があった場合は、正しい順序で実施しなかった規定要素はゼロになる。

例：規定要素の順序の間違い #1→#2→#4→#3→#5  
エレメンツパネルのジャッジは#3の規定要素をゼロとする。

AS18.4.3 1人または2人以上のジャッジが正しく実施されなかった規定要素に得点を入力した場合、レフリーは公式映像を見直し、それが正しく実施されなかったことを確認したなら、レフリーはジャッジの得点をゼロに変更できる。

AS18.4.4 いずれかのジャッジが正しく実施された規定要素にゼロを入力した場合、レフリーはAS17.4に従う。

AS18.4.5 テクニカルルーティンにおいて、別表6のデュエット規定要素6と7、ミックスデュエット規定要素6、7、8およびチーム規定要素6、7、8、9に違反があったときは、エクスキュージョン点より0.5点を減ずる。

AS18.4.6 ソロ、デュエット、ミックスデュエットにおいて、規定要素をジャッジパネルに対して平行に実施しなかった場合、エレメンツ点から0.5点を減ずる。

## AS18.5 フリーコンビネーションにおけるペナルティ

AS18.5.1 別表7の一般規定3、4と規定要素1に違反があったときは、ルーティン得点より2点を減ずる。

## **AS 18.4 Penalties and Other Matters in Technical Routines**

**AS 18.4.1** In a Technical Routine, if one or more competitors omits all or part of an element or performs an incorrect action in an element, the judges on the Element Panel shall award a zero (0) score for that particular element.

**AS 18.4.2** In a Technical Routine any change in order of elements results in a zero score from the judges for the element not placed in the correct order.

Element # 1……>#2……>#4……>#3……>#5 (incorrect order)  
The judges on the Element Panel shall award a zero for #3.

**AS 18.4.3** If one or more judges enter a score for the incorrect element, a referee is required to check the official video and make sure it was incorrect and the referee can change the judge's score to zero (0).

**AS 18.4.4** If a judge enters zero (0) for a correct element, a referee should follow according to AS 17.4.

**AS 18.4.5** A half point (0.5) penalty shall be deducted from the Execution score for Violations of Duet required elements 6 and 7, Mixed Duet required elements 6,7 and 8 and Team required elements 6, 7, 8 and 9 of Appendix VI.

**AS 18.4.6** In Solos, Duets and Mixed Duets a half-point (0.5) penalty shall be deducted from the Element Score if an element was not performed parallel to the sides of the pool where the panel of judges have been placed.

## **AS 18.5 Penalties in Free Combination**

**AS 18.5.1** A two (2) point penalty shall be deducted from the routine score for violations of general requirements 3, 4 and required elements 1 of Appendix VII.

## AS18.6 ハイライトルーティンにおけるペナルティ

AS18.6.1 各規定要素の1つを省略したとき、ルーティン得点より2点を減ずる。

AS18.6.2 アクロバティック動作の1つ、2つ、3つまたは4つを実施しなかった場合、2点を減ずる。

## AS19 ルーティン結果の算出

AS19.1 フリールーティン、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンの各パネル（エクスキューション、アーティスティックインプレッション、ディフィカルティ）の点は、カテゴリごとに次のように算出する。

各パネルの最高点と最低点（各1）を除く。

エクスキューション点は、残りの3つの採点を合計する。

アーティスティックインプレッション点は、残りの3つの採点を合計し、3で割り、4をかける。

ディフィカルティ点は、残りの3つの採点を合計する。

フリールーティン、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンの得点は、エクスキューション点（30%）、アーティスティックインプレッション点（40%）とディフィカルティ点（30%）を合計し、AS18に従って、ペナルティを減ずる。

### フリールーティン計算例 - 各パネル5名のジャッジ

	WT	1	2	3	4	5	TOT-HILO	AVER	CALC	
EXEC	30	8.6	8.3	8.7	8.5	8.5	25.6	8.5333	25.6000	30%
ART IMP	40	8.4	8.5	8.5	8.6	8.3	25.4	8.4667	33.8667	40%
DIFF	30	8.2	8.3	8.5	8.4	8.4	25.1	8.3667	25.1000	30%
<b>TOTAL 84.5667</b>										

## AS 18.6 Penalties in Highlights

**AS 18.6.1** A two (2) point penalty shall be deducted from the routine score for each required element omitted.

**AS18.6.2** If one, two, three or four of the acrobatic movements are missing one two (2) point penalty is given.

## AS 19 CALCULATION OF THE ROUTINE RESULTS

**AS 19.1** For each panel of the Free Routine, Free Combination and Highlight Routine (Execution, Artistic Impression, and Difficulty), the score should be calculated as follows for each category.

The highest and the lowest awards for each panel are cancelled (one high, one low).

The Execution score is the sum of the three (3) remaining awards in the category.

The Artistic Impression score is the sum of the three (3) remaining awards in the category, divided by 3 and multiplied by 4.

The Difficulty score is the sum of the three (3) remaining awards in the category.

The Free Routine score, Free Combination and Highlight Routine shall be the sum of the Execution score (30%), Artistic Impression Score (40%) and Difficulty Score (30%), less any penalty deductions from rules AS 18.

### FREE ROUTINES - EXAMPLES WITH 5 JUDGE PANELS

	WT	1	2	3	4	5	TOT-HILO	AVER	CALC		
EXEC	30	8.6	8.3	8.7	8.5	8.5	25.6	8.5333	25.6000	30%	
ART IMP	40	8.4	8.5	8.5	8.6	8.3	25.4	8.4667	33.8667	40%	
DIFF	30	8.2	8.3	8.5	8.4	8.4	25.1	8.3667	25.1000	30%	
									<b>TOTAL</b>	<b>84.5667</b>	

**AS19.2** テクニカルルーティンの各パネル（エクスキューション、インプレッション、エレメンツ）の点は、カテゴリごとに次のように算出する。

**エクスキューション点：**

パネルの最高点と最低点（各1）を除く。残りの3つの採点を合計する。

**インプレッション点：**

パネルの最高点と最低点（各1）を除く。残りの3つの採点を合計する。

**エレメンツ点：**

難易率が指定されている規定要素それぞれについて、最高点と最低点（各1）を除く。

残りの3つの採点を合計し、3で割る。その規定要素の難易率をかけたものがその規定要素の結果となる。規定要素の合計点を規定要素の合計難易率で割り、10をかける（100点換算）。その結果に0.4をかける。

テクニカルルーティンの得点は、エクスキューション点（30%）、インプレッション点（30%）とエレメンツ点（40%）を合計し、AS18に従って、ペナルティを減ずる。

**AS 19.2** For each panel of the Technical Routine (Execution, Impression, and Elements), the score should be calculated as follows for each category.

**Execution score:**

The highest and the lowest awards are cancelled (one high, one low). The three remaining awards in the category are added.

**Impression score:**

The highest and the lowest awards are cancelled (one high, one low). The three remaining awards in the category are added.

**Elements score:**

For each of the required elements with an assigned degree of difficulty, the highest and the lowest awards are cancelled (one high, one low) for each set of awards.

The remaining three (3) awards are added, and the sum divided by three (3). The result is multiplied by the degree of difficulty for that element. The sum of the element scores shall be divided by the total degree of difficulty for the required elements and multiplied by 10. This result is multiplied by .4

The Technical Routine score shall be the sum of the Execution score (30%), the Impression Score (30%), and the Elements score (40%), less any penalty deductions from rules AS 18.

## テクニカルルーティン計算例 - 各パネル5名のジャッジ

	WT	1	2	3	4	5	TOT-HILO	AVER	CALC		
EXEC	30%	8.5	8.7	8.6	8.8	8.6	25.9	8.6333	25.9000	<b>25.9000</b>	30%
IMPR	30%	8.6	8.3	8.8	8.4	8.4	25.4	8.4667	25.4000	<b>25.4000</b>	30%
ELEM	DD										
#1	2.3	8.1	7.9	8.1	7.8	8.2	24.1	8.0333	18.4767		
#2	2.9	8.4	8.5	8.8	8.6	8.6	25.7	8.5667	24.8433		
#3	1.7	8.6	8.4	8.7	8.5	8.8	25.8	8.6000	14.6200		
#4	2.7	8.5	8.3	8.5	8.4	8.4	25.3	8.4333	22.7700		
#5	2.5	8.6	8.7	8.9	8.5	8.3	25.8	8.6000	21.5000		
SUM	DD	12.1									
							RAW TOTAL	102.2100			
							Divide by 12.1 x 10	84.4711	<b>33.7884</b>	40%	
									<b>TOTAL</b>	<b>85.0884</b>	

## AS20 最終結果

**AS20.1** フィギュアの最終結果は、実際にフリールーティンを泳いだ競技者のフィギュア結果を用いる。AS12.3.4に該当する場合は例外とする。

**AS20.2** 最終結果は実施した各セッションの最終得点を合計する。各セッションは最高得点100点。(予選と決勝がある場合、決勝の最終結果には決勝のルーティン得点を用いる。)

**AS20.2.1** 1セッション (ハイライトルーティン、フリーコンビネーション、テクニカルルーティンまたはフィギュア) の場合、そのセッションの得点が結果となる。最高得点は100点。

**AS20.2.2** 2セッション (フィギュアとフリールーティン、またはテクニカルルーティンとフリールーティン) の場合、各セッションの合計が結果となる。最高得点は200点。

**AS20.2.3** 3セッション (フィギュア、テクニカルルーティンとフリールーティン) の場合、各セッションの合計が結果となる。最高得点は300点。



## TECH ROUTINES - EXAMPLES WITH 5 JUDGE PANELS

	WT	1	2	3	4	5	TOT-HILO	AVER	CALC		
EXEC	30%	8.5	8.7	8.6	8.8	8.6	25.9	8.6333	25.9000	<b>25.9000</b>	30%
IMPR	30%	8.6	8.3	8.8	8.4	8.4	25.4	8.4667	25.4000	<b>25.4000</b>	30%
ELEM	DD										
#1	2.3	8.1	7.9	8.1	7.8	8.2	24.1	8.0333	18.4767		
#2	2.9	8.4	8.5	8.8	8.6	8.6	25.7	8.5667	24.8433		
#3	1.7	8.6	8.4	8.7	8.5	8.8	25.8	8.6000	14.6200		
#4	2.7	8.5	8.3	8.5	8.4	8.4	25.3	8.4333	22.7700		
#5	2.5	8.6	8.7	8.9	8.5	8.3	25.8	8.6000	21.5000		
SUM	DD	12.1						RAW TOTAL	102.2100		
							Divide by 12.1 x 10		84.4711	<b>33.7884</b>	40%
									<b>TOTAL</b>	<b>85.0884</b>	

## AS 20 FINAL RESULT

**AS 20.1** The final figure result shall be that of the competitors who actually swam the Free Routine. For exceptions see rule AS 12.3.4.

**AS 20.2** The final result is determined by adding the final score of each performed session; with each session worth a maximum of 100 points (if both Preliminary and Final Routine sessions are held, the routine score from the Final session shall replace that of the Preliminary session to determine the Final result.)

**AS 20.2.1** In events that include one (1) session - the Highlight Routine or the Free Combination or the Technical Routine or Figures - the result shall be the score of that session, for a maximum of 100 points.

**AS 20.2.2** In events that include two (2) sessions - Figures and the Free Routine or the Technical Routine and the Free Routine - the results shall be the sum of each session, for a maximum of 200 points.

**AS 20.2.3** In events that include three (3) sessions - Figures, Technical Routines and Free Routines - the results shall be the sum of each session, for a maximum of 300 points.

**AS20.3** ソロ、デュエット、チーム、フリーコンビネーションおよびハイライトルーティンの最終結果（小数点以下第4位まで算出）が同点の場合は、同順位とする。  
決勝進出、予選通過、昇格または降格に関し、決定しなければならない場合は、以下の手順を用いる。

**ソロ、デュエット、ミックスデュエット、チーム：**

- ・最終結果のフリールーティン得点の高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、フリールーティンのアーティスティックインプレッション点で決定する。
- ・それでも同点の場合は、フリールーティンのエクスキューション点で決定する。
- ・それでも同点の場合は、テクニカルルーティンのエレメンツ点で決定する。

**フリーコンビネーション、ハイライトルーティン：**

- ・アーティスティックインプレッション点の高い方に決定する。
- ・それでも同点の場合は、エクスキューション点の高い方に決定する。

**世界選手権大会：**

**テクニカルルーティン：**

エレメンツ点の高い方に決定する。それでも同点の場合は、インプレッション点で決定する。

**フリールーティン、フリーコンビネーション：**

アーティスティックインプレッション点の高い方に決定する。それでも同点の場合は、エクスキューション点で決定する。

ポイントシステムを伴う競技会（BL10.4）

同点の場合、すべてのイベントの最終結果（AS20に準ずる）を合計し、より高い総合点で決定する。

**AS 20.3** In case of the same final result (calculated to four decimals) in Solo, Duet, Team and Free Combination and Highlight, a tie shall be declared for the particular place(s).

If a decision has to be made to go to finals, to be qualified, to be promoted/ demoted, the following procedure will be used:

**For Solo, Duet, Mixed Duet, Team:**

- The higher overall Free Routine scores of the final result shall decide.
- If these scores are still the same, the Artistic Impression score of the Free Routine determines the position.
- If these scores are still the same, the Execution score of the Free Routine determines the position.
- If these scores are still the same, the Elements score of the Technical Routine determines the position.

**For the Free Combination and the Highlight Routine:**

- The higher Artistic Impression score shall decide.
- If these scores are still the same, the higher Execution score shall decide.

**For World Championships:**

**For the Technical Routines:**

The higher Elements score shall decide.

If these scores are still the same, the Impression score determines the position.

**For the Free Routines and the Free Combination:**

The higher Artistic Impression score shall decide.

If these scores are still the same, the higher Execution score shall decide.

For competitions with point system refer to BL 10.4

In case of a tie, the Final result according to AS 20 of all events shall be added and the higher total sum shall decide.

## AS21 競技役員とその任務

AS21.1 競技役員は、運営委員会によって選任され、緊急の場合（AS22.3、AS22.4参照）を除き確定とする。

### AS21.2 主な競技役員

AS21.2.1 レフリー1名

AS21.2.2 アシスタントレフリーは、ルーティンに2名、フィギュアの各パネルに1名おく。

AS21.2.3 フィギュアのジャッジは、1パネル6名または7名とする。ルーティンでは、ジャッジ5名の3パネルを使用する。フリールーティンでは、1パネルはエクスキューションを、1パネルはアーティスティックインプレッションを、1パネルはディフィカルティを審判する。テクニカルルーティンセッションでは、1パネルはエクスキューションを、1パネルはインプレッションを、1パネルはエレメンツを審判する。

FINA競技会で、ジャッジは、FINAリストより選出される。

AS21.2.4 フィギュアでは、1パネルにつき招集員1名、記録員1名、電子装置を使用しない場合は計算係員2名とする。

AS21.2.5 ルーティンでは、計時員3名、招集員1名、記録員1名、電子装置を使用しない場合は計算係員2名とする。

AS21.2.6 記録主任1名

AS21.2.7 音響責任者

AS21.2.8 通告員1名

AS21.2.9 必要と思われる他の競技役員

## **AS 21 OFFICIALS AND DUTIES**

**AS 21.1** Officials shall be chosen by the Management Committee. Their choice shall be final except in an emergency situation (see AS 22.3 and AS 22.4).

**AS 21.2** The required officials shall be:

**AS 21.2.1** A Referee

**AS 21.2.2** Two assistant referees for routines and an assistant referee for each panel of judges in figures.

**AS 21.2.3** Each panel of Figure judges shall consist of six (6) or seven (7) judges. In Routines three (3) panels of five (5) judges shall be used. One panel shall judge Execution, one panel Artistic Impression, and one panel Difficulty. In Technical Routine sessions, one panel shall judge Execution, one panel shall judge Impression and one panel shall judge Elements. At FINA competitions, judges shall be chosen from the FINA list of judges.

**AS 21.2.4** For each Figure panel - a Marshall, a recorder and if no electronic system is used, two scorers.

**AS 21.2.5** For routines - three (3) timers, a Marshall, a recorder, and if no electronic system is used, two scorers.

**AS 21.2.6** A Chief Recorder

**AS 21.2.7** Sound Center Manager

**AS 21.2.8** An announcer

**AS 21.2.9** Other officials as deemed necessary

## AS22 レフリー

- AS22.1 レフリーはイベントのすべてを統括し、すべての競技役員の指揮を執る。
- AS22.2 レフリーは、FINAのすべてのルールと決定を執行し、イベントにおける実際の運営にかかわるすべての問題を解決し、また、ルールで適用されないいかなる問題の最終的な解決に対しても責任がある。
- AS22.3 レフリーはセッションの実施にあたって必要な競技役員が所定の位置についているかを確認する。レフリーはその位置についていない役員、または任務を十分遂行できない役員の代役を任命することができる。またレフリーは必要に応じて追加の役員を任命できる。
- AS22.4 緊急の際、レフリーは代替のジャッジを任命することができる。
- AS22.5 レフリーは、競技者の準備を確認し、音楽の開始を合図する。競技者がルールに違反したときは、計算係員にペナルティを指示する。結果発表の前に成績を承認する。
- AS22.6 レフリーは、FINAの規則が守られていることを確認するために、イベントのいかなる場面でも介入し、また、進行中のセッションに関するすべての抗議を裁定することができる。
- AS22.7 レフリーは、自身が目にしたものであれ、他の権限を持つ競技役員からの報告であれ、ルールに違反した競技者を失格とすることができる。

## AS23 他の競技役員

- AS23.1 アシスタントレフリーは、レフリーから指示された任務を遂行する。

## **AS 22 REFEREE**

**AS 22.1** The Referee shall have full control of the event. He/she shall instruct all officials.

**AS 22.2** He/she shall enforce all the rules and decisions of FINA and shall decide all questions relating to the actual conduct of the event and be responsible for the final settlement of any matter not otherwise covered by the rules.

**AS 22.3** The Referee shall ensure that all the necessary officials are in their respective positions to conduct the session. He/she may appoint substitutes for any persons who are absent or unable to satisfactorily perform their duty. He/she may appoint additional officials if considered necessary.

**AS.22.4** In emergencies the referee is authorised to assign a substitute judge.

**AS 22.5** He/she shall ensure that the competitors are ready and signal for the start of the accompaniment. He/she shall instruct the scorers to penalise the competitors in the session for any infraction of the rules. He/she shall approve the results before announcements.

**AS 22.6** The Referee may intervene in the event at any stage to ensure that the FINA regulations are observed, and shall adjudicate all protests related to the session in progress.

**AS 22.7** The referee shall disqualify any competitor for any violation of the rules that he/she personally observes or which is reported to her/him by other authorised officials.

## **AS 23 OTHER OFFICIALS**

**AS 23.1** The assistant referee(s) shall carry out duties assigned by the referee.

**AS23.2** 記録主任は、次の事項につき責任を負う。

1. 全セッションの出場順を抽選
2. 報道や一般客を含む関係者へのスタートリストと結果リストの配布
3. 各セッション前の競技者変更の記録
4. 電子計算装置の確認
5. 得点記録の精度
6. コンピューター結果の確認
7. 結果リスト配付準備の監督

**AS23.3** 計算係員は、個々に採点を記録し、必要な計算をする。各パネルの記録員は、技術的な問題がおきた場合、レフリーまたは指定された競技役員にすみやかに報告する。

**AS23.4** 招集員は、レフリーから指示された任務を遂行する。各イベントの出場順を受け取り、定められた時刻にすべての競技者が準備できているかを確認する。

**AS23.5** 通告員は、レフリーから指示された範囲で通告をする。

## **AS24 主催者の任務**

**AS24.1** 主催国は次の事項につき責任を負う。

**AS24.1.1** プールの仕様とFR10、FR11、FR12、FR13にリストされた関連規則

**AS24.1.2** 音楽の再生に適した装置の準備

**AS24.1.3** 主催国の安全基準に沿った水中スピーカーの準備



**AS 23.2** The Chief Recorder shall be responsible for:

1. Draw for order of appearance in all sessions.
2. Distribution of start and result lists to all concerned, including those responsible for informing the press and the public.
3. Recording changes of competitors to each session.
4. Checking the electronic scoring system.
5. Ensuring the accuracy of the recording of the scores.
6. Checking the computer results.
7. Overseeing the preparation of result lists for distribution.

**AS 23.3** The scorers, individually, shall record the marks and make the necessary computations. The recorder on each panel shall immediately inform the Referee or the designated official in case of technical problems.

**AS 23.4** The clerks shall perform duties as assigned by the Referee. A clerk shall obtain the order of the draw for each event and ascertain that all competitors are ready at the required time.

**AS 23.5** The announcer shall make only such announcements as authorised by the Referee.

## **AS 24 DUTIES OF THE ORGANISER**

**AS 24.1** The country holding the competition is responsible for:

**AS 24.1.1** Pool specifications and related regulations listed in rules FR 10, FR 11, FR 12 and FR 13.

**AS 24.1.2** Providing suitable equipment for reproduction of an accompaniment.

**AS 24.1.3** Providing underwater speakers which shall conform to the safety rules of the governmental jurisdiction of the hosting country.

- AS24.1.4 エントリー用紙の準備
  - AS24.1.5 エントリーリストとジャッジフォームの準備
  - AS24.1.6 プログラムの準備
  - AS24.1.7 フィギュアセッションとルーティンセッションで、ジャッジが採点を表示できるように準備する。自動記録表示装置を使用するときは、装置の故障に備えて、各ジャッジにフラッシュ板を準備する。
  - AS24.1.8 すべてのFINA競技会では、BL9.2.3に沿って競技会前の練習期間を確保する。
  - AS24.1.9 すべてのフィギュアとルーティンセッションの映像撮影およびプールの底の使用を確認するための水中映像撮影を行う。
- AS24.2 すべてのアーティスティックスイミング競技会の要項には、次の事項を含まなければならない。
- プール図面、水深、デッキから水面までの距離、飛板の位置、梯子の位置など。プール横断面図があることが望ましい。フィギュアセッション、ルーティンセッションのプール図面。プール仕様がFR10に沿っていない場合は、平面図および横断面図を含まなければならない。大会の案内状と共に送付しなければならない。
- AS24.2.1 プール底面と側面のマーキング
  - AS24.2.2 プールと観客席の位置関係
  - AS24.2.3 照明の型式
  - AS24.2.4 ウォークオンのための指定されたスタート地点を含む出入口のためのオープンスペース
  - AS24.2.5 音響装置の型式
  - AS24.2.6 代替設備
  - AS24.2.7 イベントスケジュールには、（AS4による）どのセッションがプログラム（AS5）に組み入れられるか、またAS7.1とAS7.2による予選および決勝の有無を記載する。

**AS 24.1.4** Providing the entry forms.

**AS 24.1.5** Preparing a list of entries and judging forms.

**AS 24.1.6** Providing programs.

**AS 24.1.7** Providing the judges for figure and routine sessions with a means of signaling scores. When automatic officiating equipment is used, each judge shall be provided with flash cards in case of technical failure.

**AS 24.1.8** Ensuring that BL 9.2.3 regarding practice periods prior to the start, shall apply at all FINA competitions.

**AS 24.1.9** Producing video records of all figure and routine sessions and underwater video records of all Routines to enable checking the use of the bottom of the pool.

**AS 24.2** The information sheet for all Artistic Swimming competitions must include the following information:

Pool dimensions with specific reference to the depth of the water, the water level below deck, position of diving boards, ladders, etc. A cross section drawing of the pool is desirable, and diagrams of the pools for the figure session and routine sessions. In case the pool specifications are not according to FR 10, diagrams and cross section drawing are obligatory and must be sent out with the meet invitation.

**AS 24.2.1** Markings of the bottom and sides of the pool.

**AS 24.2.2** Position of audience with reference to the pool.

**AS 24.2.3** Type of lightning.

**AS 24.2.4** Open space for entrance and exit, to include designated starting point for walk-ons.

**AS 24.2.5** Types of sound equipment available.

**AS 24.2.6** Alternative facilities, if required.

**AS 24.2.7** The schedule of events, indicating which sessions (per AS 4) will be included in the programme (AS 5) and stating whether preliminaries and finals will be held according to AS 7.1 and AS 7.2.

## エイジグループ規則

**ASAG1** すべてのエイジグループの競技会には、FINAルールを適用する。

### ASAG2 年齢区分

**ASAG2.1** すべてのエイジグループの競技者は、競技会開催年の1月1日～12月31日の間、12月31日（真夜中12時）の年齢で区分される。

### ASAG2.2 アーティスティックスイミングの年齢区分

12歳以下

13歳～15歳

ジュニア（15歳～18歳）

### ASAG3 エイジグループフィギュアセッション

**ASAG3.1** 各競技者は、2つの規定フィギュアと2つの選択フィギュアを行わなければならない。2つの選択フィギュアのグループについてはAS8.3の通り抽選が行われる。

### ASAG3.2 フィギュアリスト

フィギュアグループは、アーティスティックスイミングルールの別表5による。参加国／クラブの相互合意により、参加競技者の能力に応じて、他のエイジグループ、またはシニアフィギュアを選択することができる。

**ASAG3.3** フィギュアセッションの最終得点は、合計難易率で割り、10をかける（AS12.2参照）。

## **AGE GROUP RULES – ARTISTIC SWIMMING**

**ASAG 1** FINA Rules of competition will apply in all Age Group competitions.

### **ASAG 2 Age Categories**

**ASAG 2.1** All Age Group competitors remain qualified from 1 January to the following 31 December at the age they are at the close of day (12 midnight) on 31 December of the year of the competition.

**ASAG 2.2** Age Groupings for Artistic Swimming are:

- 12 years of age and under
- 13 - 15 years of age
- Junior: 15 - 18 years of age

### **ASAG 3** Age Group figure sessions

**ASAG 3.1** Each competitor must perform two (2) compulsory figures. One group of two (2) optional figures will be drawn as per AS 8.3.

#### **ASAG 3.2 Figure lists**

The figure groups are listed in Appendix V of the Artistic Swimming Rules. Participating Federations/ Clubs may also by mutual consent choose from other Age Groups or Senior Figure Groups based on the level of ability of the competitors entered in the meet.

**ASAG 3.3** The final result of the figures session will be divided by the total degree of difficulty of the group and multiplied by 10 (see AS 12.2).

**ASAG4** デュエットまたはチームイベントにおいて、すべての競技者は、同じ年齢区分に出場し、同じフィギュアグループを行わなければならない。それぞれの年齢区分に一つの選択グループフィギュアが選択される。

**ASAG5** 12歳以下の競技者は、制限時間の関係で、他の年齢区分のルーティンセッションに参加することはできない。

**ASAG6** 各エイジグループの制限時間は陸上動作10秒を含み以下の通りとする。

	ソロ	デュエット	チーム	フリーコンビネーション
12歳以下	2分	2分30秒	3分	3分
13～15歳	2分15秒	2分45秒	3分30秒	3分30秒
ジュニア (15～18歳)	2分30秒	3分	4分	4分

それぞれの制限時間に増減15秒を認める。

**ASAG 4** In a duet or team event all competitors must compete in their own Age Group and must swim the same figure groups. One group of optional figures will be selected for each Age Group.

**ASAG 5** Competitors 12 and under may not swim out of their age group for routine sessions because of the time limitation.

**ASAG 6** The time limits for different age groups, including ten (10) seconds of deck movements, shall be:

	Solo	Duet	Team	Free Combination
12 years and under	2.00	2.30	3.00	3.00 minutes
13, 14, 15 years	2:15	2:45	3.30	3.30 minutes
Juniors: 15-18 years	2:30	3:00	4.00	4.00 minutes

There shall be an allowance of fifteen (15) seconds less or plus the allotted time limit.

## GR5 スイムウェア

- GR5.1 全競技者のスイムウェア（水着、キャップとゴーグル）は、道徳的品性を備え、当該競技に適したものであり、攻撃的伝達と考えられるいかなるシンボルもつけてはならない。
- GR5.2 水着はすべて透けないものとする。キャップを2枚着用することができる。
- GR5.3 競技会のレフリーは、この規則に準じない水着やボディーションボルをつけて出場しようとする競技者を出場停止とする権限を持つ。
- GR5.4 競技会において新しいデザイン、縫製、素材の水着を使用する場合、その水着の製造業者は、FINAに提出しその承認を得なければならない。

## GR6 広告宣伝

- GR6.1 スイムウェア、すなわち水着、ゴーグル、キャップとプールサイド用品すなわちトラックウェア（ジャージ）、競技役員ユニフォーム、靴、タオル、バッグには、BL7にのっとり、ロゴ表示が許可される。ツーピースの水着は広告宣伝に関して1着とみなされる。競技者の国名や国旗や国コードは、広告宣伝とはみなされない。
- GR6.2 いかなる場合においても、身体に直接広告を表示し宣伝することは認められない。
- GR6.3 タバコ、酒類、スポーツ関連賭博の広告は禁止する。



## GR9 オリンピック競技大会、世界選手権大会、世界水泳選手権 (25m) およびFINA競技会一般規則

### GR9.6 プログラミング

#### GR9.6.1 イベントのプログラム

##### GR9.6.1.8 アーティスティックスイミング-世界選手権大会

###### 女子

---

ソロ テクニカルルーティン

ソロ フリールーティン

デュエット テクニカルルーティン

デュエット フリールーティン

チーム テクニカルルーティン

チーム フリールーティン

フリーコンビネーション

ハイライトルーティン

###### 女子および男子

---

ミックスデュエット テクニカルルーティン

ミックスデュエット フリールーティン

##### GR9.6.1.8 アーティスティックスイミング-オリンピック競技大会

デュエット テクニカルルーティン

デュエット フリールーティン

チーム テクニカルルーティン

チーム フリールーティン

## BL6 テクニカルオフィシャル

FINA選手権大会またはFINA競技会においてテクニカルオフィシャル (ジャッジ、スターター、レフリー) の最高年齢は、マスターズと水球を除き、競技会開催年に65歳としFINAリストに申請される。水球については、競技会開催年に60歳とする。

**BL8.8** アーティスティックスイミングの男子の水着は、へそを超えず大腿までとする。男性は化粧をしてはならない。ヘアジェルは認められる。口ひげとあごひげは認められる。

## **BL9** オリンピック競技大会、世界選手権大会および世界水泳選手権（25m）

### **BL9.2** 施設

**BL9.2.3** 競技会開始前、すべてのプールを競技者に開放すること。競泳、水球、アーティスティックスイミングは競技会の5日前から、飛込は8日前からプールを開放する。

### **BL9.3** エントリー

#### **BL9.3.9** アーティスティックスイミング

**BL9.3.9.1** オリンピック競技大会において、チームルーティンは8名で構成する。各国が入場する競技者の総数は、（特に指示がない限り）8名を超えてはならない。

世界選手権大会およびFINA競技会において、チームルーティンは8名、フリーコンビネーションは10名で構成する。各国が入場する競技者の総数は、（特に指示がない限り）12名を超えてはならない。

#### **BL9.3.9.2** 世界選手権大会のイベント

ソロ テクニカルルーティン

ソロ フリールーティン

デュエット テクニカルルーティン

デュエット フリールーティン

ミックスデュエット テクニカルルーティン

ミックスデュエット フリールーティン

チーム テクニカルルーティン

チーム フリールーティン

フリーコンビネーション

ハイライトルーティン

#### **BL9.3.9.4** オリンピック予選会

オリンピック競技大会開催年、またはオリンピック競技大会に出来るだけ近い期日に予選会を行う。

#### **BL9.3.9.5** オリンピック競技大会

##### **BL9.3.9.5.1** チーム

オリンピック競技大会は、以下の方法で選ばれた最大10チームで行われる。

- a) 5大陸の大陸選手権大会から各1チーム。主催国は自動的に大陸代表となる。
- b) 最初の2チームは、世界選手権大会でのフリールーティンとテクニカルルーティンの総合結果によって資格を得る。
- c) 続く3チームは、オリンピック競技大会開催年に行われるオリンピック予選会において選抜される。
- d) もし選抜されたチームが何らかの理由でオリンピック競技大会に参加を辞退した場合、オリンピック予選会における次点のチームが、出場資格を得る。

##### **BL9.3.9.5.2** デュエット

オリンピック競技大会は、以下の方法で選ばれた最大22デュエットで行われる。

- a) 10デュエットは、上記により資格を得る。
- b) 各5大陸の大会で優勝したNOCはアジア大陸の代表となる開催国NOCを除き割り当て枠を獲得する。
- c) 残りの出場枠はオリンピック予選大会の順位によって割り当てられる。
- d) もし選抜されたデュエットが何らかの理由でオリンピック競技大会に参加を辞退した場合、オリンピック予選会における次点のデュエットが、出場資格を得る。

**BL 9.13** すべてのFINA世界選手権ポイントと賞は、以下の通りに与えられる

### BL 9.13.6 アーティスティックスイミング

メダル：金、銀、および銅メダルは、ソロ、デュエット、ミックスデュエット、チームそれぞれのイベントの上位3選手もしくはチームに授与されることとする。

賞状：賞状は、ソロおよびデュエットイベントの決勝上位8名と、チームおよびフリーコンビネーションイベントの決勝上位6チームに授与されることとする。

トロフィー：トロフィーは、以下のポイントに基づいて、選手権大会での最も良いチームに与えられる。

ソロテクニカルルーティン

12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 ポイント

ソロフリールーティン

12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 ポイント

デュエットテクニカルルーティン

18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7 ポイント

デュエットフリールーティン

18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7 ポイント

ミックスデュエット テクニカルルーティン

18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7 ポイント

ミックスデュエット フリールーティン

18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7 ポイント

チームテクニカルルーティン

24, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2 ポイント

チームフリールーティン

24, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2 ポイント

フリーコンビネーション

24, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2 ポイント

**BL 9.13.7** 同点の場合、その最高点が各競技者またはリレーチームに与えられる。

**BL 9.13.8** 記念メダル

記念メダルは、その選手権大会のすべての公式関係者に与えられる。

**BL11 ワールドカップ**

**BL11.4** アーティスティックスイミング

**BL11.4.1** アーティスティックスイミングワールドカップのルールはTASCからの提案を基に、競技会の6カ月前に理事会によって決定される。

**BL11.4.2** FINAアーティスティックスイミングワールドシリーズのルールはTASCからの提案を基に、競技会の6カ月前に理事会によって決定される。

**FR10 アーティスティックスイミング用プール**

国内競技会については競技会要項などで別に定めることができる。

**FR10.1** 一般規則：オリンピック競技大会および世界選手権大会におけるアーティスティックスイミング競技場は、別図6のアーティスティックスイミング（競技場詳細）図を参照のこと。

**FR10.1.1** フィギュアセッションには、それぞれ縦10.0m×横3.0mの水域を2か所準備すること。両水域ともプールの壁近くに設け、10.0mのサイドがプールの壁と平行かつ壁から1.5m以内のところに位置するようにする。一方の水域は水深3.0m以上、他方は2.5m以上とする。

**FR10.2** ルーティンセッションには12m×25m以上の水域を用意し、そのうちの12m×12m分は水深3m以上なければならない。残りの水域の水深は最低2mとする。

**FR10.2.1** ソロとデュエットにおける競技場の幅と長さは2本のレーンで（最大幅は16m、長さ25m）範囲を定める。  
ソロとデュエットでは、演技場の幅および長さの範囲を定めてもよい。

**FR10.3** 水深が2.0m以上の場合、壁際での水深が2.0mで、壁から最大1.2mのところ通常水深に達するように傾斜していればよい。

**FR10.4** FR10.1のフィギュア用とFR10.2のルーティン用の水域が同じであってもよい。

**FR10.5** FR2.13に記載されているようなレーンマーキングがない場合、プールの長さに沿って一方向の目立つ線を複数引かなければならない。

**FR10.6** 水は、プールの底が見えるほど透明でなければならない。

**FR10.7** 水温は、 $27^{\circ}\text{C} \pm 1^{\circ}\text{C}$ とすること。

## **FR11** オリンピック競技大会および世界選手権大会でのアーティスティックスイミング用プール

**FR11.1** オリンピック競技大会および世界選手権大会におけるアーティスティックスイミング競技場は、別図6のアーティスティックスイミング（競技場詳細）図を参照のこと。

**FR11.1.1** オリンピック競技大会および世界選手権大会のルーティンセッションでは、最低12.0m×30.0mの水域を必要とし、そのうちの12.0m×12.0mは水深が3.0m以上なければならない。残りの水域は2.5m以上とする。水深3.0mから水深2.5mへの傾斜水域は8m以上の距離を確保しなければならない。

**FR11.2** 水温はFR10.7を適用する。

**FR11.3** 照明装置の照度は1500ルクス以上とする。

**FR11.4** 自動記録機器は、FR12に従って用意する。

**FR11.5** 音響装置および表示基準はFR13に従って用意する。

**FR11.6** プラットフォームは、少なくとも高さ0.5m以上で、0.7mの高さが望ましい。別図6のアーティスティックスイミング（競技場詳細）図を参照。

**FR11.7** ジャッジ台には机と椅子を備え、高さは最低0.6mとすること。別図6のアーティスティックスイミング（競技場詳細）図を参照。

## FR12 自動記録機器

最低限、以下の装置を準備する。

- FR12.1 得点記録装置：ジャッジ数と同数（フィギュア5～28、ルーティン5～15）。
- FR12.2 競技結果は、レフリーまたは指名された競技役員の確認後に転送される。
- FR12.3 競技結果記録およびバックアップシステムを有する競技記録装置（コンピューター）。FINA承認のプログラムおよびシステムのみが使用できる。
- FR12.4 すべての記録情報、スタートリストおよび結果リストを印刷する印刷機器。
- FR12.5 競技結果（FR12.3）に基づくジャッジ査定システム。FINA TSSC承認のプログラムおよびシステムのみが使用できる。
- FR12.6 32桁×10行以上のスコアボード（またはFR4.7.1に規定されたスコアボード）が付いたスコアボード制御機器。スコアボードはすべての記録情報と経過時間が表示できなければならない。
- FR12.7 電気システムの故障に備えて、各ジャッジにフラッシュ板を準備する。

## FR13 音響装置と表示基準

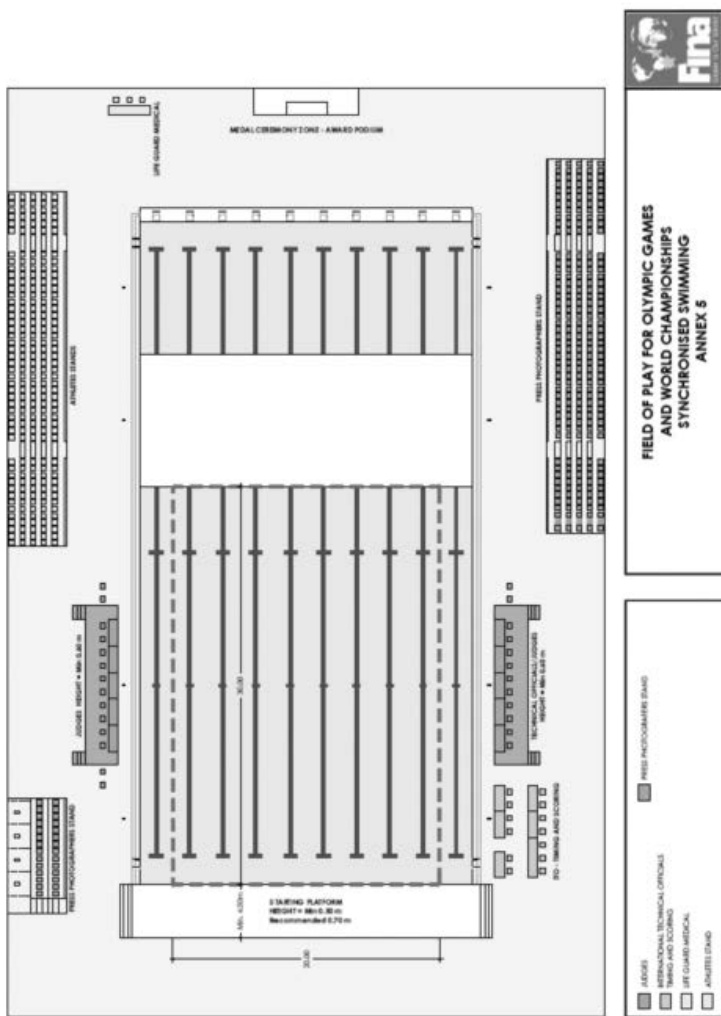
最低限、以下の音響装置を用意する。

- FR13.1 アンプおよびミキシングシステム
- FR13.2 音楽再生装置
- FR13.3 場内放送および式典用の高品質マイクとマイクスタンド
- FR13.4 音響レベルモニター用の音量（デシベル）メーター
- FR13.5 機器を適切に相互接続するためのコード、および適切にスピーカーを配置し最適な音響分布を得るために必要な長さの延長コード
- FR13.6 スピーカーなどの機器を保護するヒューズ・システム
- FR13.7 すべての機器を確実に接地するアース線

- FR13.8 電気コードやスピーカーのコードを踏んだり、つまずいたりすることによって起こりうる怪我や機器の損傷を最小限に抑えるために必要な安全素材
- FR13.9 ストップウォッチ 1 個
- FR13.10 設置当初の特殊接続あるいは緊急修理に必要な工具および計器類
- FR13.11 競技役員と音響デスク間の連絡システム
- FR13.12 水中スピーカーの連続モニター装置



FR別図6 アーティスティックスイミング（競技場詳細） 図



## 別表1 国際フィギュア群別表

### 第1群

(フィギュア番号)	(難易率)
101 バレーレッグシングル	1.6
102 バレーレッグアルタネイト	2.4
103 サブマリン バレーレッグシングル	2.1
106 ストレートバレーレッグ	1.6
110 バレーレッグダブル	1.7
111 サブマリン バレーレッグダブル	2.2
112 アイビス	2.5
112a アイビス 半回ツイスト	2.9
112b アイビス 1回ツイスト	3.1
112c アイビス トワール	3.0
112d アイビス スピン 180°	2.6
112e アイビス スピン 360°	2.6
112f アイビス コンティニアススピン(720°)	2.8
112g アイビス ツイストスピン	3.1
112h アイビス スピンアップ 180°	3.1
112i アイビス スピンアップ 360°	3.1
112j アイビス コンバインドスピン(360°+ 360°)	3.2
113 クレーン	3.8
115 カタリーナ	2.3
115a カタリーナ 半回ツイスト	2.7
115b カタリーナ 1回ツイスト	2.9
115c カタリーナ トワール	2.8
115d カタリーナ スピン 180°	2.4
115e カタリーナ スピン 360°	2.4

115f	カタリーナ	コンティニアススピン(720°)	2.6
115g	カタリーナ	ツイストスピン	2.9
115h	カタリーナ	スピンアップ 180°	2.9
115i	カタリーナ	スピンアップ 360°	2.9
115j	カタリーナ	コンバインドスピン(360°+ 360°)	3.0
116	カタラーク		2.9
117	カタラーク	オープン 180°	3.0
118	ヘリコプター		2.1
125	アイフェルタワー		2.6
125a	アイフェルタワー	半回ツイスト	3.0
125b	アイフェルタワー	1回ツイスト	3.2
125c	アイフェルタワー	トワール	3.1
125d	アイフェルタワー	スピン 180°	2.7
125e	アイフェルタワー	スピン 360°	2.7
125f	アイフェルタワー	コンティニアススピン(720°)	2.9
125g	アイフェルタワー	ツイストスピン	3.3
125h	アイフェルタワー	スピンアップ 180°	3.2
125i	アイフェルタワー	スピンアップ 360°	3.2
128	アイフェルウォーク		2.7
130	フラミンゴ		2.5
130a	フラミンゴ	半回ツイスト	2.9
130b	フラミンゴ	1回ツイスト	3.1
130c	フラミンゴ	トワール	3.0
130d	フラミンゴ	スピン 180°	2.6
130e	フラミンゴ	スピン 360°	2.6
130f	フラミンゴ	コンティニアススピン(720°)	2.8
130g	フラミンゴ	ツイストスピン	3.1
130h	フラミンゴ	スピンアップ 180°	3.1

130i	フラミンゴ	スピンアップ 360°	3.1
130j	フラミンゴ	コンバインドスピン(360°+360°)	3.2
140	フラミンゴベントニー		2.4
140a	フラミンゴベントニー	半回ツイスト	2.8
140b	フラミンゴベントニー	1回ツイスト	3.0
140c	フラミンゴベントニー	トワール	2.9
140d	フラミンゴベントニー	スピン 180°	2.5
140e	フラミンゴベントニー	スピン 360°	2.5
140f	フラミンゴベントニー	コンティニアススピン(720°)	2.7
140g	フラミンゴベントニー	ツイストスピン	3.0
140h	フラミンゴベントニー	スピンアップ 180°	3.0
140i	フラミンゴベントニー	スピンアップ 360°	3.0
140j	フラミンゴベントニー	コンバインドスピン(360°+ 360°)	3.1
141	ステイングレイ		3.2
142	マンタレイ		3.0
143	リオ		3.1
150	ナイト		3.1
154	ロンドン		1.9
154j-1	ロンドン	コンバインドスピン 360°(360°+ 360°)	2.7
154j-2	ロンドン	コンバインドスピン 720°(720°+ 720°)	2.9

## 第2群

226	スワン		2.1
240	アルバトロス		2.2
240a	アルバトロス	半回ツイスト	2.2
240b	アルバトロス	1回ツイスト	2.3
240c	アルバトロス	トワール	2.3

240d	アルバトロス	スピン 180°	1.9
240e	アルバトロス	スピン 360°	1.9
240h	アルバトロス	スピンアップ 180°	2.3
240i	アルバトロス	スピンアップ 360°	2.4
240j	アルバトロス	コンバインドスピン (360°+ 360°)	2.3
241	ゴエラン		1.9

### 第3群

301	バラクダ		1.9	
301c	バラクダ	トワール	2.5	
301d	バラクダ	スピン 180°	2.1	
301e	バラクダ	スピン 360°	2.2	
301f	バラクダ	コンティニアススピン (720°)	2.5	
301h	バラクダ	スピンアップ 180°	2.5	
301i	バラクダ	スピンアップ 360°	2.5	
302	ブロッサム		1.4	
303	サマソールバックパイク		1.5	
306	バラクダベントニー		1.8	
306d	バラクダベントニー	スピン 180°	1.9	
306e	バラクダベントニー	スピン 360°	2.0	
307	フライングフィッシュ		2.7	
307d	フライングフィッシュ	スピン 180°	2.9	
307e	フライングフィッシュ	スピン 360°	3.0	
308	バラクダ	エアボーンスプリット	2.7	
308i	バラクダ	エアボーンスプリット	スピンアップ 360°	3.3
310	サマソールバックタック		1.1	
311	キップ		1.6	

311a	キップ 半回ツイスト	2.0
311b	キップ 1回ツイスト	2.2
311c	キップ トワール	2.1
311d	キップ スピン 180°	1.7
311e	キップ スピン 360°	1.7
311f	キップ コンティニアススピン(720°)	1.9
311g	キップ ツイストスピン	2.2
311h	キップ スピンアップ 180°	2.2
311i	キップ スピンアップ 360°	2.2
311j	キップ コンバインドスピン(360°+ 360°)	2.3
312	キップスプリット	2.3
313	キップスプリット クロージング 180°	2.3
314	キップスプリット オープン 360°	3.0
315	シーガル	2.1
316	キップナス	1.4
317	キップナス バリエント	1.9
318	キップベントニー	1.8
319	キップスワール	1.7
319c	キップスワール トワール	2.1
319d	キップスワール スピン 180°	1.7
319e	キップスワール スピン 360°	1.8
319f	キップスワール コンティニアススピン(720°)	2.0
320	キップスワール スプリット クロージング 180°	2.3
321	キップスワール スプリット クロージング 360°	2.5
322	エレベーター	2.5
323	サマソールフロントパイク	1.4
324	サマーサブ	1.9
325	サパリーナ	2.2

326	サビラーク	2.8
327	バレリーナ	1.8
328	ラゲーン	2.4
330	オーロラ	2.3
330a	オーロラ 半回ツイスト	2.7
330c	オーロラ トワール	2.8
330d	オーロラ スピン 180°	2.4
330e	オーロラ スピン 360°	2.4
330f	オーロラ コンティニアススピン(720°)	2.6
330g	オーロラ ツイストスピン	2.9
331	オーロラ オープン 180°	3.0
332	オーロラ オープン 360°	3.2
335	ギャビエータ	2.3
336	ギャビエータ オープン 180°	2.4
342	ヘロン	1.9
342c	ヘロン トワール	2.3
342d	ヘロン スピン 180°	2.1
342e	ヘロン スピン 360°	2.2
342f	ヘロン コンティニアススピン(720°)	2.7
342h	ヘロン スピンアップ 180°	2.4
342i	ヘロン スピンアップ 360°	2.4
343	バタフライ	2.5
344	ネプチュヌス	1.7
345	カタリーナリバース	2.1
346	サイドフィッシュテイルスプリット	2.0
347	ミネルバ	2.0
348	タワー	1.9
349	ベルーガ	2.1

350	ダリカリア	2.6
351	ジュピター	2.8
355	ポーパス	1.8
355a	ポーパス 半回ツイスト	2.2
355b	ポーパス 1回ツイスト	2.4
355c	ポーパス トワール	2.3
355d	ポーパス スピン 180°	1.9
355e	ポーパス スピン 360°	1.9
355f	ポーパス コンティニアススピン(720°)	2.1
355g	ポーパス ツイストスピン	2.5
355h	ポーパス スピンアップ 180°	2.4
355i	ポーパス スピンアップ 360°	2.4
355j	ポーパス コンバインドスピン(360°+ 360°)	2.5
360	ウォークオーバーフロント	1.9
361	ブローン	1.5
362	サーフィスブローン	1.3
363	ウォータードロップ	1.5
364	ホワールウインド	2.7

#### 第4群

401	ソードフィッシュ	2.0
402	ソーダサブ	2.3
403	ソードテイル	2.3
405	ソーダリーナ	2.4
406	ソードフィッシュストレートレッグ	2.0
410	ハイトワー	3.4
413	アルバ	2.7
420	ウォークオーバーバック	1.9



421	ウォークオーバーバック クロージング 360°	2.2
423	アリアーナ	2.2
435	ノバ	2.2
435c	ノバ トワール	2.7
435d	ノバ スピン 180°	2.3
435e	ノバ スピン 360°	2.3
435f	ノバ コンティニアススピン(720°)	2.5
435g	ノバ ツイストスピン	2.8
436	サイクロン	2.4
436c	サイクロン トワール	2.8
436d	サイクロン スピン 180°	2.4
436e	サイクロン スピン 360°	2.4
436f	サイクロン コンティニアススピン(720°)	2.7
437	オセアニア	2.1
439	オセアニータ	1.8
440	イパネマ	3.0

## 別表2 基本姿勢

すべての基本姿勢において

- a) 腕の位置は任意。
- b) つま先を伸ばす。
- c) 両脚、胴体、首は、特に指示がない限り、完全に伸ばす。
- d) 図は通常の水位を示す。

### 1. 上向き水平姿勢

- ・顔、胸、腿、足先は水面で、身体を伸ばす。
- ・頭（特に耳）、腰、足首は一直線上。

### 2. 下向き水平姿勢

- ・頭、背の上部、臀部、かかとは水面で、身体を伸ばす。
- ・顔は水中、水上どちらでもよい。

### 3. バレーレグ姿勢

#### a) 水上

- ・身体は上向き水平姿勢。
- ・片脚は水面に垂直に伸ばす。

#### b) 水中

- ・頭、胴体、水平の脚は、水面に平行。
- ・片脚は水面に垂直で、水位は膝と足首の間。

## APPENDIX II

### BASIC POSITIONS

In all basic positions:

- arm positions are optional,
- toes must be pointed,
- the legs, trunk and neck fully extended unless otherwise specified, and
- diagrams show the usual water levels.

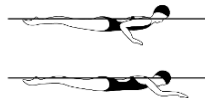
#### 1 BACK LAYOUT POSITION

Body extended with face, chest, thighs and feet at the surface. Head (ears specifically), hips, and ankles in line.



#### 2 FRONT LAYOUT POSITION

Body extended with head, upper back, buttocks and heels at the surface. Unless otherwise specified, face may be in or out of the water.



#### 3 BALLET LEG POSITION

##### a) Surface

Body in **Back Layout Position**. One leg extended perpendicular to the surface.



##### b) Submerged

Head, trunk and horizontal leg parallel to the surface. One leg perpendicular to the surface with the water level between the knee and the ankle.



#### 4. フラミンゴ姿勢

##### a) 水上

- ・片脚は水面に垂直に伸ばす。
- ・他の脚は、ふくらはぎの中央が垂直の脚と交差するまで、胸の方に引く。
- ・足先と膝は、水面で水平を保つ。
- ・顔は水面。

##### b) 水中

- ・胴体、頭、曲げた脚のすねは、水面に平行。
- ・胴体と伸ばした脚の角度は $90^\circ$ 。
- ・水位は、伸ばした脚の膝と足首の間。

#### 5. バレーレッグダブル姿勢

##### a) 水上

- ・両脚を揃え、水面に垂直に伸ばす。
- ・頭は胴体の線上。
- ・顔は水面。

##### b) 水中

- ・胴体と頭は、水面に平行。
- ・胴体と伸ばした両脚の角度は $90^\circ$ 。
- ・水位は、伸ばした両脚の膝と足首の間。

#### 6. 垂直姿勢

- ・身体は、頭を下にして両脚を揃え水面に垂直に伸ばす。
- ・頭（特に耳）、腰、足首は一直線上。

#### 4 FLAMINGO POSITION

##### a) Surface

One leg extended perpendicular to the surface. The other leg drawn to the chest with the mid-calf opposite the vertical leg, foot and knee at and parallel to the surface. Face at the surface.



##### b) Submerged

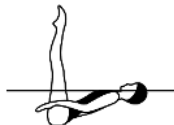
Trunk, head and shin of the bent leg parallel to the surface. 90° angle between the trunk and extended leg. Water level between knee and ankle of the extended leg.



#### 5 BALLET LEG DOUBLE POSITION

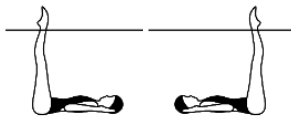
##### a) Surface

Legs together and extended perpendicular to the surface. Head in line with the trunk. Face at the surface.



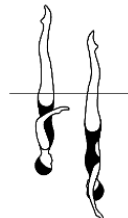
##### b) Submerged

Trunk and head parallel to the surface. 90° angle between the trunk and extended legs. Water level between knees and ankles of the extended legs.



#### 6 VERTICAL POSITION

Body extended, perpendicular to the surface, legs together, head downward. Head (ears specifically), hips and ankles in line.



## 7. クレーン姿勢

- ・身体は、**垂直姿勢**のように伸ばす。
- ・片脚は、身体に90°の角度で前方に伸ばす。

## 8. フィッシュテイル姿勢

- ・身体は、**垂直姿勢**のように伸ばす。
- ・片脚は、身体の前方に伸ばす。
- ・腰の高さにかかわらず、前方の脚の足先は水面。

## 9. タック姿勢

- ・背を丸め、両脚を揃え、身体はできるだけ小さくまとめる。
- ・かかとは臀部に近づける。
- ・頭は膝に近づける。

## 10. フロントパイク姿勢

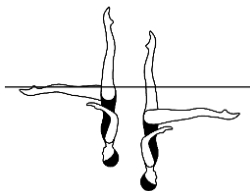
- ・身体は腰で90°に曲げる。
- ・両脚を揃えて伸ばす。
- ・胴体は背をまっすぐに伸ばし、頭は胴体の線上。

## 11. バックパイク姿勢

- ・身体は腰で45°以下の鋭角に曲げる。
- ・両脚を揃えて伸ばす。
- ・胴体は、背をまっすぐに伸ばし、頭は胴体の線上。

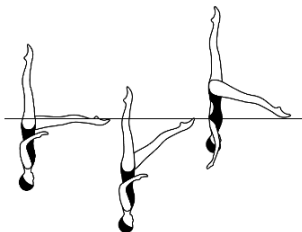
## 7 CRANE POSITION

Body extended in **Vertical Position**, with one leg extended forward at a 90° angle to the body.



## 8 FISHTAIL POSITION

Body extended in **Vertical Position**, with one leg extended forward. The foot of the forward leg is at the surface, regardless of the height of the hips.



## 9 TUCK POSITION

Body as compact as possible, with the back rounded and legs together. Heels close to buttocks. Head close to knees.



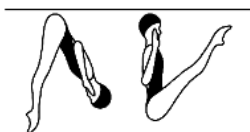
## 10 FRONT PIKE POSITION

Body bent at hips to form a 90° angle. Legs extended and together. Trunk extended with back straight and head in line.



## 11 BACK PIKE POSITION

Body bent at hips to form an acute angle of 45° or less. Legs extended and together. Trunk extended with the back straight and head in line.



## 12. ドルフィンアーチ姿勢

- ・身体を反らせ、頭、腰、足先は円周上。
- ・両脚は揃える。

## 13. サーフィスアーチ姿勢

- ・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。
- ・両脚は揃えて水面。

## 14. ベントニー姿勢

- ・下向き水平姿勢、上向き水平姿勢、垂直姿勢、アーチ姿勢。
- ・片脚を曲げ、その曲げた脚のつま先は、伸ばした脚の内側につける。

### a) ベントニー下向き水平姿勢

- ・身体は下向き水平姿勢で、曲げた脚のつま先は、膝、または腿。

### b) ベントニー上向き水平姿勢

- ・身体は上向き水平姿勢で、曲げた脚の腿は水面に垂直。

### c) ベントニー垂直姿勢

- ・身体は垂直姿勢で、曲げた脚のつま先は、膝、または腿。

### d) ベントニーサーフィスアーチ姿勢

- ・身体はサーフィスアーチ姿勢で、曲げた脚の腿は水面に垂直。

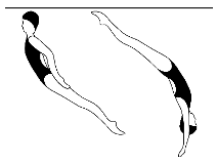
### e) ベントニードルフィンアーチ姿勢

- ・身体はドルフィンアーチ姿勢で、曲げた脚のつま先は、膝、または腿。



## 12 DOLPHIN ARCH POSITION

Body arched so that the head, hips and feet conform to the arc being followed. Legs together.



## 13 SURFACE ARCH POSITION

Lower back arched, with hips, shoulders and head on a vertical line. Legs together and at the surface.



## 14 BENT KNEE POSITIONS

Body in **Front Layout**, **Back Layout**, **Vertical**, or **Arched Positions**. One leg bent, with the toe of the bent leg in contact with the inside of the extended leg.

### a) Bent Knee Front Layout Position

Body extended in **Front Layout Position**, with the toe of the bent leg at the knee or thigh.



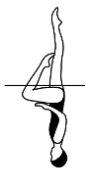
### b) Bent Knee Back Layout Position

Body extended in **Back Layout Position**. The thigh of the bent leg is perpendicular to the surface.



### c) Bent Knee Back Layout Position

Body extended in **Vertical Position**, with the toe of the bent leg at the knee or thigh.



### d) Bent Knee Surface Arch Position

Body arched in **Surface Arch Position**. The thigh of the bent leg is perpendicular to the surface.



### e) Bent Knee Dolphin Arch Position

Body arched in **Dolphin Arch Position**, with the toe of the bent leg at the knee or thigh.



## 15. タブ姿勢

- ・両脚を揃えて曲げ、足先と膝は水面に平行。腿は垂直。
- ・頭は胴体の線上。
- ・顔は水面。

## 16. スプリット姿勢

- ・両脚を前後に均等に開く。
- ・両脚は水面に平行。
- ・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。
- ・腰の高さにかかわらず、伸ばした両脚の角度は  $180^\circ$ （フラットスプリット）。
- ・それぞれの脚の内側が水平ラインに対辺して並ぶ。

### a) スプリット姿勢

- ・両脚は水面で“ドライ”であること（完全に浮かせる）。

### b) エアボーンスプリット姿勢

- ・両脚は水面より上にあること。

## 17. ナイト姿勢

- ・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。
- ・片脚は垂直。
- ・他の脚は後方に伸ばし、足先を水面に保ち、できるだけ水平に近づける。

## 18. ナイトバリエーション姿勢

- ・背の下部を反らせ、腰、肩、頭は垂直線上。
- ・片脚は垂直。
- ・他の脚は身体の後方で膝を  $90^\circ$  以下に曲げる。その腿、すねは水面に平行。

## 19. サイドフィッシュテイル姿勢

- ・身体は、垂直姿勢のように伸ばす。
- ・片脚は、横に伸ばす。
- ・その足先は、腰の高さにかかわらず水面。

### 15 TUB POSITION

Legs bent and together, feet and knees at and parallel to the surface, thighs perpendicular. Head in line with trunk. Face at the surface.

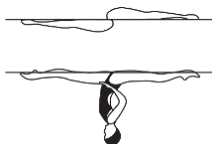


### 16 SPLIT POSITION

Legs evenly split forward and back. The legs are parallel to the surface. Lower back arched, with hips, shoulders and head on a vertical line. 180° angle between the extended legs (Flat split), with inside of each leg aligned on opposite sides of a horizontal line, regardless of the height of the hips.

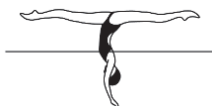
#### a) Split Position

Legs are “dry” at the surface.



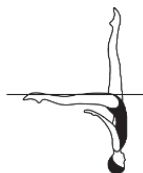
#### b) Airborne Split Position

Legs are above the surface.



### 17 KNIGHT POSITION

Lower back arched, with hips, shoulders and head on a vertical line. One leg vertical. Other leg extended backward, with the foot at the surface, and as close to horizontal as possible.



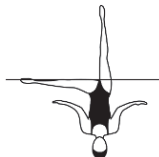
### 18 KNIGHT VARIANT POSITION

Lower back arched, with hips, shoulders and head on a vertical line. One leg vertical. The other leg is behind the body with the knee bent at an angle of 90° or less. The thigh and shin are parallel to the surface of the water.



### 19 SIDE FISHTAIL POSITION

Body extended in **Vertical Position**, with one leg extended sideways with its foot at the surface regardless of the height of the hips.



## 別表3 基本動作

### 1. バレーレッグを上げる

- ・上向き水平姿勢から始め、片脚は常に水面に保つ。
- ・他の脚の足先は、伸ばした脚の内側に沿って引き、ベントニー上向き水平姿勢になる。
- ・腿を動かさないうで膝を伸ばし、バレーレッグ姿勢になる。

### 2. バレーレッグを下ろす

- ・バレーレッグ姿勢から、腿を動かさないうでバレーレッグの膝を曲げ、ベントニー上向き水平姿勢になる。
- ・つま先は伸ばした脚の内側に沿って動かし、上向き水平姿勢になる。

### 3. フロントパイク姿勢になる

- ・顔を水面につけた下向き水平姿勢から、胴体を下方に動かし、フロントパイク姿勢になるとき、臀部、脚、足先は水面に沿って移動する。
- ・腰は、はじめ頭のあった位置まで移動する。

### 4. フロントパイク姿勢から水中バレーレッグダブル姿勢になる

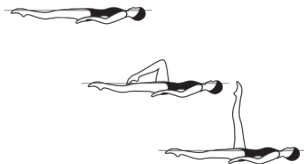
- ・フロントパイク姿勢から、この姿勢を保ったまま身体を前方に回転し、水中バレーレッグダブル姿勢になる。
- ・臀部、脚、足先を下方に動かす。
- ・腰は、はじめ頭のあった位置まで移動する。

## APPENDIX III

### BASIC MOVEMENTS

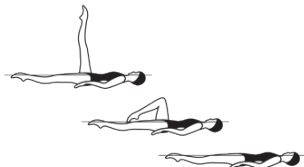
#### 1 TO ASSUME A BALLET LEG

Begin in a **Back Layout Position**. One leg remains at the surface throughout. The foot of the other leg is drawn along the inside of the extended leg to assume a **Bent Knee Back Layout Position**. The knee is straightened, without movement of the thigh, to assume a **Ballet Leg Position**.



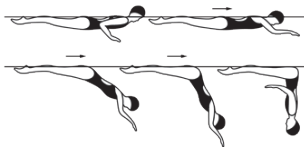
#### 2 TO LOWER A BALLET LEG

From a **Ballet Leg Position** the ballet leg is bent, without movement of the thigh, to a **Bent Knee Back Layout Position**. The toe moves along the inside of the extended leg until a **Back Layout Position** is assumed.



#### 3 TO ASSUME A FRONT PIKE POSITION

From a **Front Layout Position** with face in the water as the trunk moves downward to assume a **Front Pike Position**, the buttocks, legs and feet travel along the surface until the hips occupy the position of the head at the beginning of this action.



#### 4 A FRONT PIKE POSITION TO ASSUME A SUBMERGED BALLET LEG DOUBLE POSITION

From a **Front Pike Position**, maintaining this position, the body somersaults forward around a lateral axis so that the hips replace the head at one quarter point to assume a **Submerged Ballet Leg Double Position**. The Buttocks, legs and feet travel (move) downward until the hips occupy the position of the head at the beginning of this action.



## 5. アーチから上向き水平姿勢で終了する

- ・サーフィスアーチ姿勢から、足先の方へ動いて上向き水平姿勢になる。
- ・腰、胸、顔の順に浮き上がり、頭は、はじめ腰のあった位置に移動する。

## 6. ウォークアウト

- ・これらの動作は、フィギュアの解説中、特に指示がない限り、スプリット姿勢から始める。
- ・腰の位置を保ったまま、片脚を持ち上げ、水上に弧を描いて他の脚に合わせる。

### a) ウォークアウトフロント

- ・前脚を持ち上げ、水上に  $180^\circ$  の弧を描いて他の脚に合わせ、サーフィスアーチ姿勢になる。
- ・動作を続けながら、アーチから上向き水平姿勢で終了する。

### b) ウォークアウトバック

- ・後ろ脚を持ち上げ、水上に  $180^\circ$  の弧を描いて他の脚に合わせ、フロントバイク姿勢になる。
- ・動作を続けながら、下向き水平姿勢になる。
- ・はじめ腰のあった位置へ、頭が浮き上がる。

## 7. カタリーナローテーション

- ・バレーレグ姿勢から、身体の回転を始める。
- ・頭、肩、胴体は、水面で回転を始め、横へ動くことなく下降し、フィッシュテイル姿勢になる。
- ・回転中、垂直の脚は水面に対して  $90^\circ$  を保ち、水平の脚の足先は水面に保つ。
- ・特に指示がない限り、カタリーナローテーションはバレーレグ姿勢から始める。

## 5 ARCH TO BACK LAYOUT FINISH ACTION

From a **Surface Arch Position**, the hips, chest and face surface sequentially at the same point, with foot first movements to a **Back Layout Position**, until the head occupies the position of the hips at the beginning of this action.



## 6 WALKOUTS

These movements start in a **Split Position** unless otherwise specified in the figure description. The hips remain stationary as one leg is lifted in an arc over the surface to meet the opposite leg.

### a) Walkout Front

The Front leg is lifted in a 180° arc over the surface to meet the opposite leg in a **Surface Arch Position** and with continuous movement, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### b) Walkout Back

The back leg is lifted in a 180° arc over the surface to meet the opposite leg in a **Front Pike Position** and with continuous movement, the body straightens to a **Front Layout Position**. The head surfaces at the position occupied by the hips at the beginning of this action.



## 7 CATALINA ROTATION

From a **Ballet Leg Position** a rotation of the body is initiated. The head, shoulders and trunk begin the rotation at the surface while descending without lateral movement to a **Fishtail Position**. The vertical leg remains perpendicular to the surface while the foot of the horizontal leg remains at the surface, throughout the rotation. Unless otherwise specified, *Catalina Rotation* starts from a **Ballet Leg Position**.



## 8. カタリーナリバースローテーション

- ・フィッシュテイル姿勢から、腰を回転させながら、横へ動くことなく胴体を浮上させ、バレレッグ姿勢になる。
- ・回転中、垂直の脚は水面に対して  $90^\circ$  を保ち、水平の脚の足先は水面に保つ。

## 9. スラスト

- ・両脚が水面に垂直なバックパイク姿勢から始める。
- ・身体はアンロールし、同時に両脚と腰を素早く上方につき上げ、垂直姿勢になる。最高の高さが望ましい。

## 10. 垂直沈み込み

- ・垂直姿勢の縦軸を保ったまま、身体はつま先が沈むまで沈み込む。

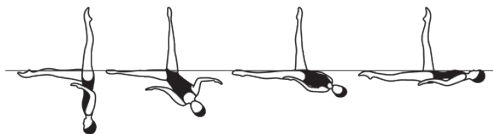
## 11. ロケットスプリット

- ・垂直姿勢までスラストを行う。
- ・最高位を保ったまま、両脚を素早く開脚しエアボーンスプリット姿勢になり、続いて両脚を閉じて垂直姿勢になる。
- ・スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。



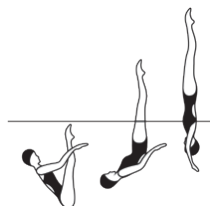
## 8 CATALINA REVERSE ROTATION

From a **Fishtail Position** the hips rotate as the trunk rises, without lateral movement, to assume a **Ballet Leg Position**. The vertical leg remains perpendicular to the surface while the foot of the horizontal leg remains at the surface, throughout the rotation.



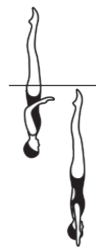
## 9 THRUST

From a Submerged **Back Pike Position**, with the legs perpendicular to the surface, a vertical upward movement of the legs and hips is rapidly executed as the body unrolls to assume a **Vertical Position**. Maximum height is desirable.



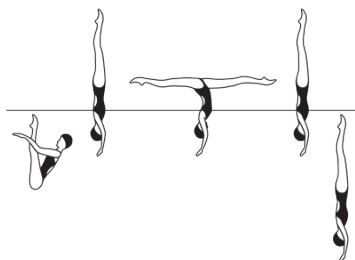
## 10 VERTICAL DESCENT

Maintaining a **Vertical Position**, the body descends along its longitudinal axis until toes are submerged.



## 11 ROCKET SPLIT

A *Thrust* is executed to a **Vertical Position**, maintaining maximum height the legs are split rapidly to assume an **Airborne Split Position** and rejoin to a **Vertical Position**, followed by a *Vertical Descent*. The *Vertical Descent* is executed at the same tempo as a *Thrust*.



## 12. ツイスト

- ・ツイストは、同じ高さを保ったまま回転する。
- ・身体は中心軸上で回転する。
- ・垂直姿勢で行った場合、特に指示がない限り、ツイストは垂直沈み込みをして終わる。

- a) 半回ツイスト :  $180^\circ$  のツイスト
- b) 1回ツイスト :  $360^\circ$  のツイスト
- c) トワール :  $180^\circ$  の素早いツイスト

## 13. スピン

- ・スピンは、垂直姿勢で回転する。
- ・身体は縦軸上で回転する。
- ・特に指示がない限り、スピンはユニフォームモーションで行う。
- ・下降スピンは、垂直の頂点から始まり、足首が水面に達するとき完了する。
- ・特に指示がない限り、下降スピンはスピンと同じテンポの垂直沈み込みで終了する。

- d)  $180^\circ$  スピン :  $180^\circ$  の回転の下降スピン
- e)  $360^\circ$  スピン :  $360^\circ$  の回転の下降スピン
- f) コンティニアススピン :  $720^\circ$  (2回転)、 $1080^\circ$  (3回転)、または $1440^\circ$  (4回転) の素早い下降スピンを、足首が水面に達するとき完了し、水面下に沈み込むまで、回転を続ける。
- g) ツイストスピン : 半回ツイストを行い、間をあげずに、 $720^\circ$  (2回転) のコンティニアススピンを行う。

- ・上昇スピンは、特に指示がない限り、水位が足首の位置から始める。
- ・上昇スピンは、水位が膝と腰の間に達して完了する。
- ・上昇スピンは、垂直沈み込みをして終了する。

## 12 TWISTS

A *Twist* is a rotation at a sustained height. The body remains on its longitudinal axis throughout the rotation. Unless otherwise stated, when performed in a **Vertical Position**, a *Twist* is completed with a *Vertical Descent*.

- a . *Half Twist*: a *Twist* of  $180^\circ$
- b . *Full Twist*: a *Twist* of  $360^\circ$
- c . *Twirl*: a rapid *Twist* of  $180^\circ$

## 13 SPINS

A *Spin* is a rotation in a **Vertical Position**. The body remains on its longitudinal axis throughout the rotation. Unless otherwise stated, *Spins* are executed in a uniform motion.

A *descending Spin* must start at the height of the vertical and be completed as the ankle(s) reach(es) the surface. Unless otherwise specified, a *descending Spin* is finished with a *Vertical Descent* which is executed at the same tempo as the *Spin*.

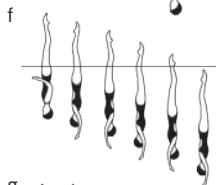
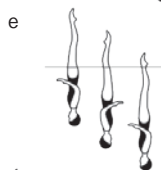
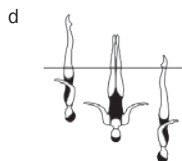
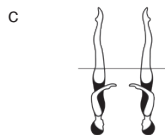
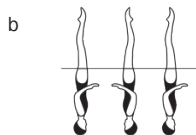
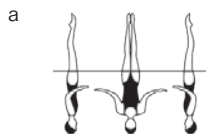
d)  $180^\circ$  *Spin*: a *descending Spin* with a rotation of  $180^\circ$

e)  $360^\circ$  *Spin*: a *descending Spin* with a rotation of  $360^\circ$

f) *Continuous Spin*: a *descending Spin* with a rapid rotation of:  $720^\circ$  (2),  $1080^\circ$  (3), or  $1440^\circ$  (4) which is completed as the ankles reach the surface and continues through submergence.

g) *Twist Spin*: a *Half Twist* is executed, and without a pause, is followed by a *Continuous Spin* of  $720^\circ$ (2).

An *ascending Spin* begins with the water level at the ankles unless otherwise specified. A vertical upward *Spin* is executed until a water level is established between the knees and hips. An *ascending Spin* is finished with a *Vertical Descent*.



- h) スピニアップ 180° : 180°の回転の上昇スピン
- i) スピニアップ 360° : 360°の回転の上昇スピン
- j) コンバインドスピン: 360°以上の下降スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の上昇スピンを行う。上昇スピンは下降スピンの開始と同じ高さまで上がる。
- k) リバースコンバインドスピン: 360° 以上の上昇スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の下降スピンを行う。
- l) ベントニーコンバインドスピン: ベントニー垂直姿勢で 360° 以上の下降スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の上昇スピンを行う。上昇スピンは下降スピンの開始と同じ高さまで上がる。
- m) リバースベントニーコンバインドスピン: ベントニー垂直姿勢で 360° 以上の上昇スピンを行い、間をあげずに、同じ方向に同等の下降スピンを行う。

#### 14. ドルフィン

- ・ドルフィン（およびすべてのドルフィン群）は、上向き水平姿勢から始める。
- ・身体は（泳者の身長によるが）直径約 2.5 mの円の円周を進む。
- ・身体は、頭、腰、足先の順に水面を離れ、円周上を進みドルフィンアーチ姿勢になる。
- ・身体が上向き水平姿勢になるまで、この動作を続ける。
- ・頭、腰、足先は、同じ位置を通り水面に出てくる。

h) *Spin Up 180°*: an *ascending Spin* with a rotation of 180°

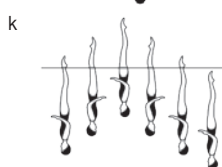
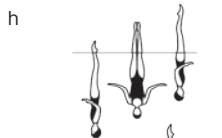
i) *Spin Up 360°*: an *ascending Spin* with a rotation of 360°

j) *Combined Spin*: a *descending Spin* of at least 360°, followed without a pause by an equal *ascending Spin* in the same direction. The *ascending Spin* reaches the same height where the *descending Spin* started.

k) *Reverse Combined Spin*: an *ascending Spin* of at least 360°, followed without a pause by an equal *descending Spin* in the same direction.

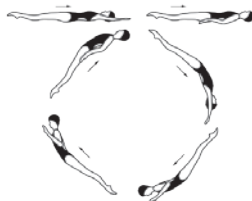
l) *Bent Knee Combined Spin*: a *descending Spin* in a **Bent Knee Vertical Position** of at least 360°, followed without a pause by an equal *ascending Spin* in the same direction. The *ascending Spin* reaches the same height where the *descending Spin* started.

m) *Reverse Bent Knee Combined Spin*: an *ascending Spin* in a **Bent Knee Vertical Position** of at least 360°, followed without a pause by an equal *descending Spin* in the same direction.



## 14 DOLPHIN

A *Dolphin* (and all its modifications) is started in a **Back Layout Position**. The body follows the circumference of a circle which has a diameter of approximately 2.5 meters, depending on the height of the swimmer. The head, hips and feet leave the surface sequentially to assume a **Dolphin Arch Position** as the body moves around the circle with head, hips and feet following the imaginary line of the circumference. Movement continues until the body straightens as it surfaces to a **Back Layout Position**, with head, hips and feet breaking the surface at the same point.



## 別表4 フィギュアの解説

解説に特に指示がない限り、フィギュアは高く、よくコントロールされ、かつユニフォームモーションで行われ、各部が明確であること。

すべての審判は、完璧の観点から行われる。

**デザイン:** フィギュアの解説に示されているように、姿勢とトランジションの正確さについて考慮する。

**コントロール:** 特にフィギュアの解説に指示がない限り、のび、高さ、安定性、明確さ、ユニフォームモーションについて考慮する。

フィギュアは（特にフィギュアの解説に指示がない限り）静止した位置で行う。

### 注記:

1. フィギュアはその構成部分、すなわち身体の姿勢とトランジションという観点から区別されている。身体の姿勢の規定に関しては別表2、共通の基本的な動作の解説に関しては別表3を参照すること。フィギュアの解説は、完璧の観点から書かれている。
2. トランジションとは、ある姿勢から別の姿勢への連続動作である。ひとつのトランジションは、身体の姿勢と要求された高さが同時に達成されたときに完了する。特に指示がない限り、実施中の水位は一定を保つ。
3. 特に指示がない限り、常に最高の高さが望まれる。高さは身体部分の水位（水面レベル）に基づいて評価される。
4. 特に指示がない限り、フィギュアは静止した位置で行う。認められる移動については、図に矢印で示す。
5. 図はあくまで参考であり、もし図と解説に違いがある場合は、英語版のFINAハンドブックの解説を優先する。
6. フィギュア実施中、別表2で定義された**太字印刷**の基本姿勢に限り、ポーズ（一瞬の止り）をとってもよい。
7. 別表3で説明した基本動作は、フィギュア解説中イタリック体（和文は**太字斜体印刷**）になっている。
8. “and”を使って、2つの動作をつなぐときは、それが順に起こることを意味している。“as”を使うときは、2つの動作が同時に起こることを意味している。
9. 腕および手の位置と動きは任意。
10. 解説中に、“rapid”または“rapidly”を使うときは特定のそのトランジションのテンポに対して用いられ、そのフィギュア全体のことでない。

## Appendix IV

### RULES FOR FIGURES

Unless otherwise specified in the description, figures shall be executed high and controlled, in uniform motion, with each section clearly defined.

All judgements are made from the standpoint of perfection.

#### Design

Consider: the accuracy of positions and transitions as specified in figure description.

#### Control

Consider: extension, height, stability, clarity, uniform motion, unless otherwise specified in the figure description.

Figures are executed in a stationary position (unless otherwise specified in the figure description).

#### Notes:

1. Figures are defined in terms of their component parts: body positions and transitions. Refer to Appendix II for body position requirements, and Appendix III for descriptions of common basic movements.

Figure descriptions are written from the standpoint of perfection.

2. A transition is a continuous movement from one position to another. The completion of a transition should occur simultaneously with the achievement of body position and desired height. Except where otherwise specified, water level remains constant during a transition.
3. Unless otherwise specified in the figure description, maximum height is desirable at all times. Height is evaluated based on the water level of body parts.
4. Unless otherwise specified in the figure description, figures are executed in a stationary position. Transitions which allow some movement will be marked with an arrow in the diagram.
5. Diagrams are a guide only. If there is discrepancy between a diagram and a written description, the English written version of the FINA Handbook shall prevail.
6. During the execution of a figure, a pause may occur only in those positions which are printed in "bold type" and defined in Appendix II.
7. Basic movements are described only once, in Appendix III, and are "*italicized*" when referred to in a figure description.
8. When "and" is used to connect two actions, it means one follows the other; when "as" is used, it means both actions occur simultaneously.
9. Arm/hand positions and actions are optional.
10. When "rapid" or "rapidly" is used in a description, it shall apply specifically to the tempo of the transition in which it is included, and not to the entire figure.

## 第1群

- 101 バレーレッグシングル 1.6  
バレーレッグを上げる。バレーレッグを下ろす。
- 102 バレーレッグアルタネイト 2.4  
片脚ずつ、交互にバレーレッグシングルを行う。
- 103 サブマリン バレーレッグシングル 2.1  
バレーレッグを上げる。身体を沈め、水中バレーレッグ姿勢になる。この姿勢を水面と平行に保ったまま、垂直に浮上し、水上バレーレッグ姿勢になる。バレーレッグを下ろす。
- 106 ストレートバレーレッグ 1.6  
上向き水平姿勢から、片脚をストレートに上げてバレーレッグ姿勢になる。バレーレッグを下ろす。
- 110 バレーレッグダブル 1.7  
上向き水平姿勢から、つま先を水面に保ち、膝を胸の方に引いてタブ姿勢になる。膝を伸ばし、水上バレーレッグダブル姿勢になる。腿を動かさないでタブ姿勢になる。膝を伸ばし、上向き水平姿勢になる。
- 111 サブマリン バレーレッグダブル 2.2  
水上バレーレッグダブル姿勢までバレーレッグダブルを行う。身体を垂直に沈め、水中バレーレッグダブル姿勢になる。身体を垂直に浮上し、水上バレーレッグダブル姿勢になる。バレーレッグダブルのように終わる。



## CATEGORY I

### 101 BALLET LEG SINGLE

1.6

A Ballet Leg is assumed. The Ballet Leg is lowered.



### 102 BALLET LEG ALTERNATE

2.4

Use each leg alternately.

### 103 SUBMARINE BALLET LEG SINGLE

2.1

A Ballet Leg is assumed. The body is lowered to a **Submerged Ballet Leg Position**. Maintaining this position parallel to the surface, the body rises vertically to a **Surface Ballet Leg Position**. The Ballet Leg is lowered.



### 106 STRAIGHT BALLET LEG

1.6

From a **Back Layout Position**, one leg is raised straight to a **Ballet Leg Position**. The Ballet Leg is lowered.



### 110 BALLET LEG DOUBLE

1.7

From a **Back Layout Position** the knees are drawn toward the chest, with toes at the surface to assume a **Tub Position**. The knees are straightened to assume a **Surface Ballet Leg Double Position**. Without movement of the thighs, the legs are returned to **Tub Position**. The knees are straightened to resume a **Back Layout Position**.



### 111 SUBMARINE BALLET LEG DOUBLE

2.2

A Ballet Leg Double is executed to a **Surface Ballet Leg Double Position**. The body submerges vertically to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. The body rises vertically to a **Surface Ballet Leg Double Position**. The figure is completed as in Ballet Leg Double.

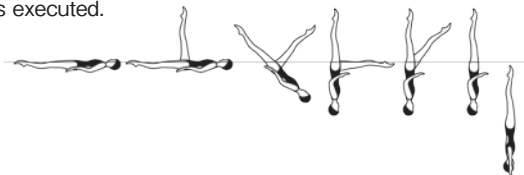


- 112 アイビス 2.5  
バレレッグを上げる。この姿勢を保ったまま腰を軸にして身体を後方へ回転し、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ、**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 112a~g, j -別表1参照  
**垂直姿勢**までアイビスを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。
- 112h, i -別表1参照  
**垂直姿勢**までアイビスを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。
- 113 クレーン 3.8  
フィッシュテイル姿勢までアイビスを行う。**半回ツイスト**を行う。水平の脚を上げ、**垂直姿勢**になる。同じ方向に同じ高さで、さらに**半回ツイスト**を行う。両脚を後方へ下ろし、サーフィスアーチ姿勢になる。続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。
- 115 カタリーナ 2.3  
バレレッグを上げる。カタリーナローテーションを行う。水平の脚を上げ、**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 115a~g, j -別表1参照  
**垂直姿勢**までカタリーナを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。

### 112 IBIS

2.5

A *Ballet Leg* is assumed. Maintaining this position, the body is rotated backwards around a lateral axis through the hips to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 112a to 112g plus 112j - See Appendix I

An Ibis is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

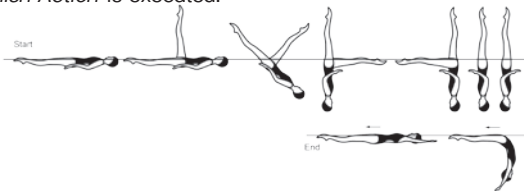
### 112h and 112i - See Appendix I

An Ibis is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

### 113 CRANE

3.8

An Ibis is executed to a **Fishtail Position**. A *Half Twist* is executed. The horizontal leg is lifted to **Vertical Position**. Another *Half Twist* is executed in the same direction and at the same height. The legs are lowered backward to a **Surface Arch Position**, and with continuous movement, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 115 CATALINA

2.3

A *Ballet Leg* is assumed. A *Catalina Rotation* is executed. The horizontal leg is lifted to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 115 a to 115g plus 115j - See Appendix I

A Catalina is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

115h,i -別表1 参照

垂直姿勢までカタリーナを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピ**ンを行う。

116 カタラーク 2.9

フィッシュテイル姿勢までカタリーナを行う。水平の脚を180°の弧を描いて持ち上げる。水平の脚が垂直の脚を通過するとき、垂直の脚を反対方向へ均等に動かし、両脚は同時に**スプリット姿勢**になる。**ウォークアウトフロント**を行う。

117 カタラーク オープン 180° 3.0

フィッシュテイル姿勢までカタリーナを行う。水平の脚を水上に弧を描いて持ち上げる。水平の脚が垂直の脚を通過するとき、180°の回転を始め、垂直の脚を反対方向へ均等に動かし**スプリット姿勢**になる。**ウォークアウトフロント**を行う。

118 ヘリコプター 2.1

フィッシュテイル姿勢までカタリーナを行う。続けて水平の脚を上げ**垂直姿勢**になりながら、同じ方向に**360°スピ**ンを行う。

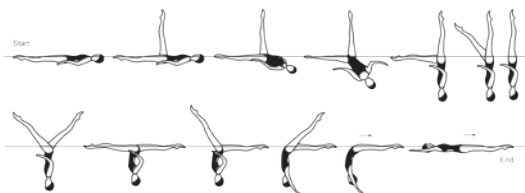
### 115h and 115i - See Appendix I

A Catalina is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

### 116 CATALARC

2.9

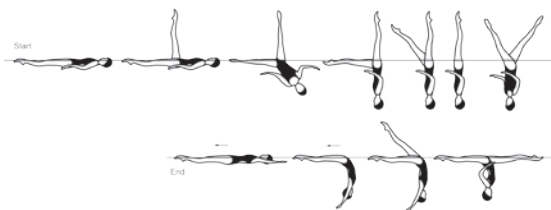
A Catalina is executed to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in a  $180^\circ$  arc over the surface. As it passes the vertical leg, the vertical leg starts to move symmetrically in the opposite direction, and the legs reach a **Split Position** at the same time. A *Walkout Front* is executed.



### 117 CATALARC OPEN $180^\circ$

3.0

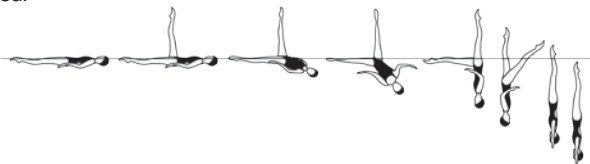
A Catalina is executed to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in an arc over the surface. As it passes the vertical leg which moves symmetrically in the opposite direction, a  $180^\circ$  rotation is started and is completed as a **Split Position** is assumed. A *Walkout Front* is executed.



### 118 HELICOPTER

2.1

A Catalina is executed to a **Fishtail Position**. Continuing in the same direction, the horizontal leg is lifted to a **Vertical Position** as a  $360^\circ$  Spin is executed.



- 125 アイフェルタワー 2.6  
バレーレグを上げる。この姿勢を保ったまま、身体を水平の脚の方へ横転し、水面にバレーレグをおく。胴体を下方に沈め、フロントパイク姿勢になる。このとき、バレーレグの脚は水面に沿わせ、バレーレグでない脚に揃える。バレーレグでない脚を上げ、フィッシュテイル姿勢になる。バレーレグの脚を上げ、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 125a～g -別表1 参照  
垂直姿勢までアイフェルタワーを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。
- 125h, i -別表1 参照  
垂直姿勢までアイフェルタワーを行う。足首まで垂直沈み込みを行う。上昇スピンを行う。
- 128 アイフェルウォーク 2.7  
フロントパイク姿勢までアイフェルタワーを行う。バレーレグでない脚を180°の弧を描いて持ち上げ、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。
- 130 フラミンゴ 2.5  
バレーレグを上げる。水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。曲げた脚を伸ばし、水上バレーレグダブル姿勢になる。両脚を垂直に保ったまま、腰を持ち上げ胴体をアンロールし、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。

## 125 EIFFEL TOWER

2.6

A *Ballet Leg* is assumed. Maintaining this position, the body rolls sideways towards the horizontal leg, carrying the ballet leg to the surface. The trunk moves downward, turning to assume a *Front Pike Position* as the ballet leg moves across the surface to meet the non-ballet leg. The non-ballet leg is lifted to a **Fishtail Position**. The ballet leg is lifted to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 125a to 125g - See Appendix I

An Eiffel Tower is executed to a **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

### 125h and 125i - See Appendix I

An Eiffel Tower is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

## 128 EIFFEL WALK

2.7

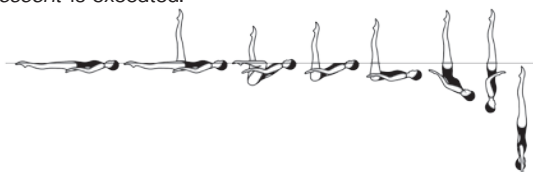
An Eiffel Tower is executed to a **Front Pike Position**. The non-ballet leg is lifted in a 180° arc over the surface to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed.



## 130 FLAMINGO

2.5

A *Ballet Leg* is assumed. The shin of the horizontal leg is drawn along the surface to assume a **Surface Flamingo Position**. The bent leg is straightened to a **Surface Ballet Leg Double Position**. Maintaining the vertical position of the legs, the hips are lifted as the trunk is unrolled to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



130a～g,j -別表1参照

**垂直姿勢**までフラミングを行う。指定されたツイストまたはスピンをを行う。

130h,i -別表1参照

**垂直姿勢**までフラミングを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。

140 フラミングベントニー 2.4

**水上フラミング姿勢**までフラミングを行う。バレレグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に曲げた脚を動かし腰を持ち上げベントニー**垂直姿勢**になる。曲げた膝を伸ばし、**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

140a～g,j -別表1参照

**垂直姿勢**までフラミングベントニーを行う。指定されたツイストまたはスピンをを行う。

140h,i -別表1参照

**垂直姿勢**までフラミングベントニーを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。

141 ステイングレイ 3.2

**水上フラミング姿勢**までフラミングを行う。バレレグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、フィッシュテイル**姿勢**になる。水平の脚を水上に弧を描いて持ち上げる。その脚が垂直の脚を通過するときに180°の回転を始め、垂直の脚を反対の方向に均等に動かし、**スプリット姿勢**になる。ウォークアウトフロントを行う。



### 130a to 130g plus 130j - See Appendix I

A Flamingo is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

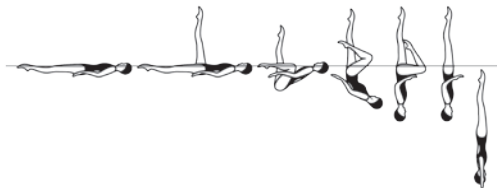
### 130h and 130 i - See Appendix I

A Flamingo is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

### 140 FLAMINGO BENT KNEE

2.4

A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves to a **Bent Knee Vertical Position**. The bent knee is extended to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 140a to 140g plus 140j - See Appendix I

A Flamingo Bent Knee is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

### 140h and 140i - See Appendix I

A Flamingo Bent Knee is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

### 141 STINGRAY

3.2

A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in an arc over the surface. As it passes the vertical leg which moves symmetrically in the opposite direction, a 180° rotation is started and is completed as a **Split Position** is assumed. A *Walkout Front* is executed.



142 マンタレイ 3.0

水上フラミンゴ姿勢までフラミンゴを行う。バレレッグの足を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の足を素早く水上に180°の弧を描いて持ち上げ、垂直を通過するときに垂直の足を動かしベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。曲げた膝を伸ばし、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。

143 リオ 3.1

水上フラミンゴ姿勢までフラミンゴを行う。水平の足を伸ばし、水上バレレッグダブル姿勢になる。身体を垂直に沈め、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。バラクダスピン360°を行う。

150 ナイト 3.1

バレレッグを上げる。両脚の位置を保ったまま、頭を下方に動かし、背の下部を反らせ、ナイト姿勢になる。バレレッグでない脚を垂直に持ち上げ、バレレッグの足を曲げながら、身体をまっすぐに伸ばしてベントニー垂直姿勢になる。バレレッグの足先は腰の垂直線上をたどる。半回ツイストを行う。背を反らせ、伸ばした脚を下ろし、ベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。曲げた膝を伸ばし、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。

### 142 MANTA RAY

3.0

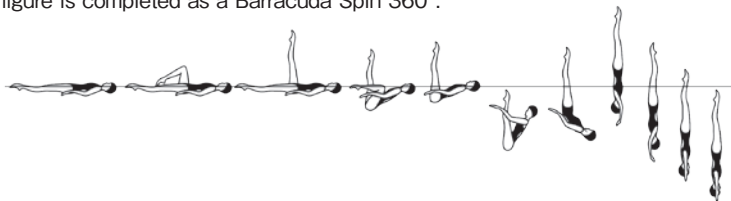
A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted rapidly in a 180° arc over the surface of the water, as it passes vertical, the vertical leg is moved to assume a **Bent Knee Surface Arch Position**. The bent knee is straightened and with continuous motion, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 143 RIO

3.1

A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**. The horizontal leg is extended to a **Surface Ballet Leg Double Position**. The body submerges vertically to a **Back Pike Position** with the toes just under the surface. The figure is completed as a Barracuda Spin 360°.



### 150 KNIGHT

3.1

A *Ballet Leg* is assumed. Maintaining the position of the legs, the head moves downward as the lower back arches to a **Knight Position**. The body straightens as the non-ballet leg is lifted to vertical and as the ballet leg bends, the foot follows a vertical line through the hips, to assume a **Bent Knee Vertical Position**. A *Half Twist* is executed. The back arches as the extended leg lowers to assume a **Bent Knee Surface Arch Position**. The bent knee is straightened and with continuous motion, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



154 ロンドン

1.9

バレーレッグを上げる。続けて両脚を引き込み、すねが水面と垂直になるまでサマソールバックタックの一部を行いタック姿勢になる。両脚を素早く伸ばすと同時に胴体を素早くアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の間、**垂直姿勢**になる。素早い**垂直沈み込み**を行う。

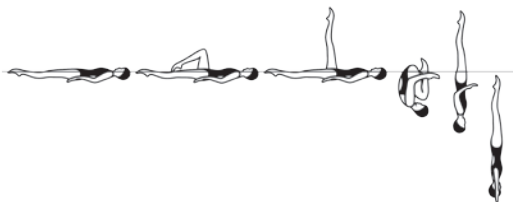
154j-1.2 ロンドン コンバインドスピン -別表1参照

**垂直姿勢**までロンドンを行う。素早い指定された**スピン**を行う。素早い**垂直沈み込み**を行う。

## 154 LONDON

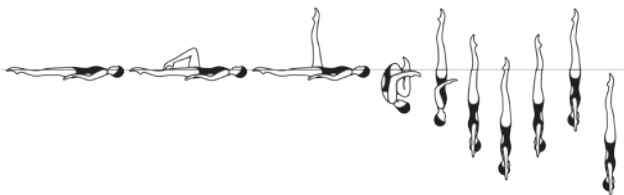
1.9

A *Ballet Leg* is assumed followed by a partial Somersault Back Tuck, as both legs are drawn into a **Tuck Position**, until the shins are perpendicular to the surface. The trunk unrolls rapidly as the legs are rapidly straightened to assume a **Vertical Position** midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the head and the shins. A rapid *Vertical Descent* is executed.



## 154j-1 and 154j-2 LONDON COMBINED SPIN – See Appendix 1

A London is executed to a **Vertical Position**. A rapid designated *Spin* is executed. A rapid *Vertical Descent* is executed.



## 第2群

- 226 スワン 2.1  
ベントニーサーフィスアーチ姿勢までノバを行う。曲げた脚を伸ばし、ナイト姿勢になる。身体を180°回転しフィッシュテイル姿勢になる。垂直の脚を水面へ下ろしてもう一方の脚に合わせ、フロントパイク姿勢になる。動作を続けながら、身体を伸ばして下向き水平姿勢になる。はじめ腰のあった位置へ、頭が浮き上がる。
- 240 アルバトロス 2.2  
腰が沈む直前まで頭からのドルフィンを始める。身体を回転しながら顔の上まで引き込む。腰、脚、足先は水面に沿って動かし、フロントパイク姿勢になる。両脚を同時に持ち上げ、ベントニー垂直姿勢になる。半回ツイストを行う。曲げた膝を伸ばし、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 240a~c -別表1参照  
半回ツイストを完了するまでアルバトロスを行う。曲げた膝を伸ばしながら、指定されたツイストを行う。垂直沈み込みを行う。
- 240d,e -別表1参照  
半回ツイストを完了するまでアルバトロスを行う。曲げた膝を伸ばしながら、指定されたスピンを行う。
- 240h,i -別表1参照  
半回ツイストを完了するまでアルバトロスを行う。ベントニー垂直姿勢を保ったまま、伸ばした脚の足首まで沈む。曲げた膝を伸ばしながら、指定された上昇スピンを行う。

## APPENDIX IV - CATEGORY II

### 226 SWAN

2.1

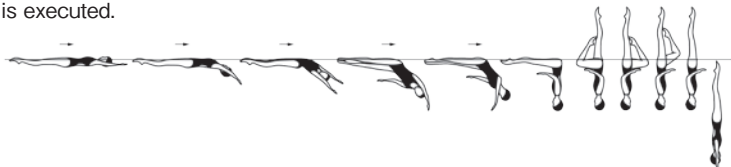
A Nova is executed to the **Bent Knee Surface Arch Position**. The bent leg straightens to assume a **Knight Position**. The body rotates 180° to assume a **Fishtail Position**. The vertical leg is lowered to the surface to meet the opposite leg in a **Front Pike Position** and with continuous movement the body straightens to a **Front Layout Position**. The head surfaces at the point occupied by the hips at the beginning of this action.



### 240 ALBATROSS

2.2

With the head leading, a *Dolphin* is initiated until the hips are about to submerge. The hips, legs and feet continue to move along the surface, as the body rolls onto the face as it assumes a *Front Pike Position*. The legs are lifted simultaneously to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Half Twist* is executed. The bent knee is extended to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 240a - 240c - See Appendix I

An Albatross is executed until the *Half Twist* is completed. The designated *Twist* is executed as the bent knee is extended to meet the vertical leg. A *Vertical Descent* is executed.

### 240d and 240e - See Appendix I

An Albatross is executed until the *Half Twist* is completed. The designated *Spin* is executed as the bent knee is extended to meet the vertical leg.

### 240h and 240i - See Appendix I

An Albatross is executed until the *Half Twist* is completed. Maintaining a **Bent Knee Vertical Position** the body descends to the ankle of the extended leg. The designated *Ascending Spin* is executed as the bent knee is extended to meet the vertical leg.

240j アルバトロス コンバインドスピン (360° + 360°) 2.3  
半回ツイストを完了するまで、アルバトロスを行う。コンバインドスピ  
ンを行う。下降するとき曲げた膝を伸ばし、上昇するとき膝を曲げてベ  
ントニー垂直姿勢になる。この姿勢のまま垂直沈み込みを行う。

241 ゴエラン 1.9  
フロントパイク姿勢までアルバトロスを行う。片脚を垂直に上げなが  
ら、身体を90°回転し、サイドフィッシュテイル姿勢になる。続けて同  
じ方向に90°回転しながら、垂直の脚を下ろしスプリット姿勢になる。  
ウォークアウトバックを行う。



### 240j ALBATROSS COMBINED SPIN

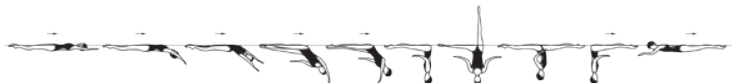
2.3

An Albatross is executed until the *Half Twist* is completed. A *Combined Spin* is executed, with the bent knee extending to meet the vertical leg on the descent, and bending to resume a **Bent Knee Vertical Position** on the ascent. The position is maintained during a *Vertical Descent*.

### 241 GOELAND

1.9

An Albatross is executed to the **Front Pike Position**. One leg is lifted to vertical as the body rotates 90° on its longitudinal axis to assume a **Side Fishtail Position**, with continuous motion another 90° rotation is executed in the same direction as the vertical leg lowers to assume a **Split Position**. A *Walkout Back* is executed.



### 第3群

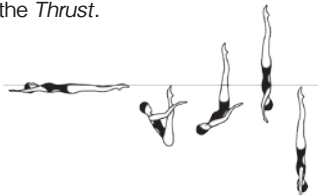
- 301 バラクダ 1.9  
上向き水平姿勢から、身体を沈めると同時に、両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。スラストを行い、**垂直姿勢**になる。スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
- 301c バラクダ トワール 2.5  
**垂直姿勢**までバラクダを行う。トワールを行う。スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
- 301d, e, j -別表1参照  
**垂直姿勢**までバラクダを行う。スラストと同じテンポで指定された**スピン**を行う。
- 301f バラクダ コンティニアススピン (720°) 2.5  
**垂直姿勢**までバラクダを行う。コンティニアススピンを行う。
- 301h, i -別表1参照  
**垂直姿勢**までバラクダを行う。スラストと同じテンポで、足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
- 302 ブロッサム 1.4  
上向き水平姿勢から、腰を曲げて胴体を沈め、水中バレーレッグダブル姿勢になる。腰を上げながら両脚を水面に沿って開き、スプリット姿勢になる。足首を水面に保って両脚を揃え、**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

## APPENDIX IV • CATEGORY III

### 301 BARRACUDA

1.9

From a **Back Layout Position**, the legs are raised to vertical as the body is submerged to a **Back Pike Position** with the toes just under the surface. A *Thrust* is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.



### 301c BARRACUDA TWIRL

2.5

A Barracuda is executed to **Vertical Position**. A *Twirl* is executed. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.

### 301d, and 301e and 301j - See Appendix I

A Barracuda is executed to **Vertical Position**. The designated *Spin* is executed at the same tempo as the *Thrust* to complete the figure.

### 301f BARRACUDA CONTINUOUS SPIN

2.5

A Barracuda is executed to **Vertical Position**. A *Continuous Spin* is performed to complete the figure.

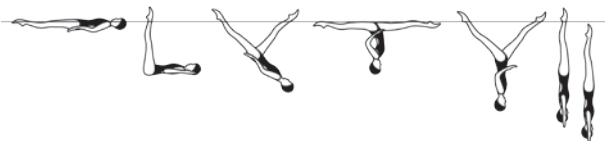
### 301h and 301i - See Appendix I

A Barracuda is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust* to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.

### 302 BLOSSOM

1.4

From a **Back Layout Position** the trunk is lowered as the hips are bent to assume a **Submerged Ballet Leg Double Position**. The feet separate along the surface as the hips rise and the body assumes a **Split Position**. The legs join to assume a **Vertical Position** at ankle level. A *Vertical Descent* is executed.



- 303 サマソールバックパイク 1.5  
上向き水平姿勢から始める。身体を水面近くで平行に保ったまま、両脚を素早く持ち上げ、バックパイク姿勢になる。間をあげずに、足先と頭が同時に水面に達するまで後方に回転する。上向き水平姿勢になる。
- 306 パラクダベントニー 1.8  
上向き水平姿勢から、身体を沈めるのと同時に両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。スラストを行うときに、片脚をもう一方の脚の内側に沿わせて下ろし、ベントニー垂直姿勢になる。スラストと同じテンポでベントニー垂直姿勢での垂直沈み込みを行う。
- 306d, e -別表1参照  
ベントニー垂直姿勢までパラクダベントニーを行う。曲げた膝を伸ばし垂直の脚に揃えながらスラストと同じテンポで指定されたスピンをを行う。
- 307 フライングフィッシュ 2.7  
上向き水平姿勢から、身体を沈めるのと同時に両脚を垂直に上げ、つま先が水面直下のバックパイク姿勢になる。スラストを行い、高さを変えず片脚を素早く下ろしてフィッシュテイル姿勢になる。間をあげずに前方の脚を素早く上げ垂直姿勢になる。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。

### 303 SOMERSAULT BACK PIKE

1.5

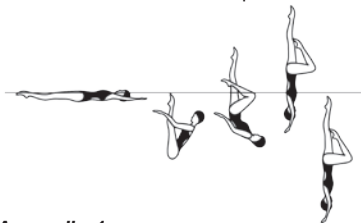
From a **Back Layout Position** with the body remaining parallel and close to the surface, the legs are lifted rapidly to assume a **Back Pike Position**. Without a pause the body somersaults backwards around a lateral axis until the feet and head simultaneously reach the surface. A **Back Layout Position** is assumed.



### 306 BARRACUDA BENT KNEE

1.8

From a **Back Layout Position**, the legs are raised to vertical as the body is submerged to a **Back Pike Position** with the toes just below the surface. A *Thrust* is executed as one foot is drawn along the inside of the extended leg to assume a **Bent Knee Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position** at the same tempo as the *Thrust*.



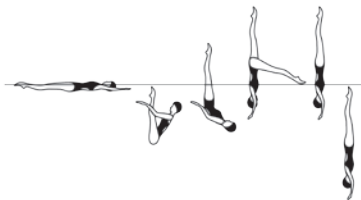
### 306d and 306e - See Appendix 1

A Barracuda Bent Knee is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. The designated *Spin* is executed as the bent knee is extended to meet the vertical leg at the same tempo as the *Thrust*.

### 307 FLYING FISH

2.7

From a **Back Layout Position** the legs are raised to vertical as the body is submerged to a **Back Pike Position** with the toes just below the surface. A *Thrust* is executed to a **Vertical Position** and with no loss of height one leg is rapidly lowered to a **Fishtail Position** and without a pause the horizontal leg is rapidly lifted to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.



307d,e -別表1 参照

**垂直姿勢**までフライングフィッシュを行う。スラストと同じテンポで指定された**スピン**を行う。

308 バラクダ エアボーンスプリット 2.7

つま先が水面直下の水中バックパイク姿勢までバラクダを行う。**ロケットスプリット**を行う。

308i バラクダ エアボーンスプリット スピンアップ 360° 3.3

両脚を閉じて**垂直姿勢**になるまで、バラクダエアボーンスプリットを行う。スラストと同じテンポで足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**（スピンアップ 360°）を行う。スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。

310 サマソールバックタック 1.1

上向き水平姿勢から、膝とつま先を水面に沿って引き、**タック姿勢**になる。続けてさらに小さいタックとなり、後方へ一回転する。上向き水平姿勢になる。

311 キップ 1.6

上向き水平姿勢から、すねが水面と垂直になるまで、サマソールバックタックの一部を行う。両脚を伸ばしながら胴体をアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の間**に垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

### 307d and 307e - See Appendix I

A Flying Fish is executed to a **Vertical Position**. The designated *Spin* is executed at the same tempo as the *Thrust*.

### 308 BARRACUDA AIRBORNE SPLIT

2.7

A Barracuda is executed to a submerged **Back Pike Position** with the toes just under the surface. A *Rocket Split* is executed.



### 308i - See Appendix I

A Barracuda Airborne Split is executed to a re-joined **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust* to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.

### 310 SOMERSAULT BACK TUCK

1.1

From a **Back Layout Position**, the knees and toes are drawn along the surface to assume a **Tuck Position**. With continuous motion, the tuck becomes more compact as the body somersaults backward around a lateral axis for one complete revolution. A **Back Layout Position** is resumed.



### 311 KIP

1.6

From a **Back Layout Position**, a partial Somersault Back Tuck is executed until the shins are perpendicular to the surface. The trunk unrolls as the legs are straightened to assume a **Vertical Position** midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the head and the shins. A *Vertical Descent* is executed.



311a~g,j -別表1 参照

**垂直姿勢**までキップを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。

311h,i -別表1 参照

**垂直姿勢**までキップを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。

312 キップスプリット 2.3

**垂直姿勢**までキップを行う。両脚を均等に開き、**スプリット姿勢**になる。両脚を揃えて**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

313 キップスプリット クロージング 180° 2.3

**スプリット姿勢**までキップスプリットを行う。180°の回転をする間に、両脚を均等に閉じて**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

314 キップスプリット オープン 360° 3.0

**スプリット姿勢**までキップスプリットを行う。360°の回転をする間に、両脚を均等に閉じて180°の時点で**垂直姿勢**を通過し、再び脚を開き360°の回転が完了するとき**スプリット姿勢**になる。ウォークアウトフロントを行う。



### 311a to 311g plus 311j - See Appendix I

A Kip is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is performed to complete the figure.

### 311h and 311i - See Appendix I

A Kip is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed to complete the figure.

### 312 KIP SPLIT

2.3

A Kip is executed to **Vertical Position**. The legs are lowered symmetrically to **Split Position**. The legs are joined to resume **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 313 KIP SPLIT CLOSING 180°

2.3

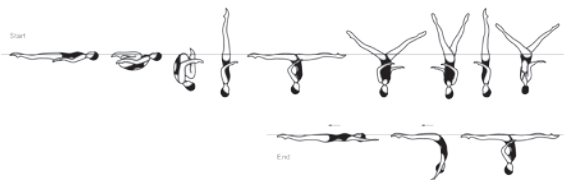
A Kip Split is executed to a **Split Position**. During a 180° rotation, the legs are closed symmetrically to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 314 KIP SPLIT OPEN 360°

3.0

A Kip Split is executed to a **Split Position**. A 360° rotation is executed, with the legs symmetrically closing to pass through **Vertical Position** at the 180° point before separating to resume a **Split Position** at the completion of the 360°. A *Walkout Front* is executed.



- 315 シーガル 2.1  
上向き水平姿勢から、すねが水面と垂直になるまで、サマソールバックタックの一部を行う。両脚を素早く伸ばすと同時に、胴体をアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の中間に、**垂直姿勢**になる。両脚を素早く均等に開き**スプリット姿勢**になる。両脚を素早く揃えて**垂直姿勢**に戻る。フィギュアの開始時と同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
- 316 キップナス 1.4  
上向き水平姿勢から、すねが水面と垂直になるまでサマソールバックタックの一部を行う。脚を伸ばしながら胴体をアンロールし、腰の垂直線と頭とすねを結ぶ垂直線の中間に**ベントニー垂直姿勢**になる。**ベントニー垂直姿勢**のまま**垂直沈み込み**を行う。
- 317 キップナス バリエント 1.9  
**ベントニー垂直姿勢**までキップナスを行う。曲げた膝を伸ばしながら**1回ツイスト**を行い**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 318 キップベントニー 1.8  
**ベントニー垂直姿勢**までキップナスを行う。曲げた膝を伸ばして**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

### 315 SEAGULL

2.1

From a **Back Layout Position**, a partial Somersault Back Tuck is executed until the shins are perpendicular to the surface of the water. The trunk unrolls rapidly as the legs are straightened to assume a **Vertical Position** midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the head and the shins. The legs are lowered rapidly symmetrically to **Split Position**. The legs are joined rapidly to resume **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the initial actions of the figure.



### 316 KIPNUS

1.4

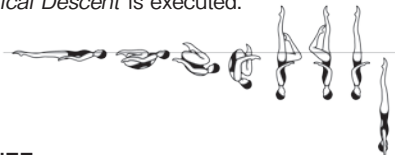
From a **Back Layout Position**, a partial Somersault Back Tuck is executed until the shins are perpendicular to the surface. The trunk unrolls as the legs assume a **Bent Knee Vertical Position** midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the head and the shins. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position**.



### 317 KIPNUS VARIANT

1.9

A Kipnus is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Full Twist* is executed to a **Vertical Position** as the bent knee is extended to meet the vertical leg. A *Vertical Descent* is executed.



### 318 KIP BENT KNEE

1.8

A Kipnus is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. The bent knee is extended to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



- 319 キップスワール 1.7  
上向き水平姿勢から、すねが水面と垂直になるまでサマソールバックタックの一部を行う。胴体をアンロールし両脚を伸ばしながら360°の回転をし、**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 319c~f -別表1 参照  
**垂直姿勢**までキップスワールを行う。指定されたツイストまたは**スピン**を行う。
- 320 キップスワール スプリット クロージング 180° 2.3  
**垂直姿勢**までキップスワールを行う。両脚を均等に開きスプリット姿勢になる。両脚を均等に素早く閉じながら180°回転し**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 321 キップスワール スプリット クロージング 360° 2.5  
**垂直姿勢**までキップスワールを行う。両脚を均等に開きスプリット姿勢になる。両脚を均等に素早く閉じながら360°回転し**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 322 エレベーター 2.5  
**垂直姿勢**までキップを行う。水位を膝と足首の間に定める。腰を曲げて胴体を起こし、**水中バレーレッグダブル姿勢**になる。この姿勢を保ったまま浮上し、**水上バレーレッグダブル姿勢**になる。バレーレッグダブルのように終わる。

### 319 KIPSWIRL

1.7

From a **Back Layout Position**, a partial Somersault Back Tuck is executed until the shins are perpendicular to the surface of the water. As the trunk unrolls and the legs are straightened a 360° rotation is executed to assume a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 319c to 319f - See Appendix I

A Kipswirl is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

### 320 KIPSWIRL SPLIT CLOSING 180°

2.3

A Kipswirl is executed to the **Vertical Position**. The legs are lowered symmetrically to a **Split Position**. A rapid rotation of 180° is executed, as the legs symmetrically close to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 321 KIPSWIRL SPLIT CLOSING 360°

2.5

A Kipswirl is executed to the **Vertical Position**. The legs are lowered symmetrically to a **Split Position**. A rapid rotation of 360° is executed, as the legs symmetrically close to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 322 ELEVATOR

2.5

A Kip is executed to **Vertical Position**. A water level is established between the knees and ankles. The hips are piked as the trunk rises to assume a **Submerged Ballet Leg Double Position**. Maintaining this position, the body rises to a **Surface Ballet Leg Double Position**. The figure is completed as in Ballet Leg Double.



- 323 サマソールフロントパイク 1.4  
下向き水平姿勢からフロントパイク姿勢になる。続けてフロントパイク姿勢から水中バレーレグダブル姿勢になる。その姿勢を保ったまま、頭と臀部が再び水面に浮くまで前方へ1回転する。4分の1ごとに、腰が頭の位置を通るように回転する。脚を上方へ浮かせながら下向き水平姿勢になる。開始時の頭の位置に腰がくるまで、頭、背、臀部を水面に沿って移動する。
- 324 サマーサブ 1.9  
下向き水平姿勢から、水中バレーレグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。片脚を下ろし水中バレーレグ姿勢になる。この姿勢を保ったまま、垂直に浮上し水上バレーレグ姿勢になる。バレーレグを下ろす。
- 325 サバリーナ 2.2  
水中バレーレグ姿勢までサマーサブを行う。浮上しながらカタリーナローテーションを行う。水平の脚を上げ垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 326 サビラーク 2.8  
フィッシュテイル姿勢までサバリーナを行う。水平の脚を180°の弧を描いて持ち上げ、垂直の脚を通過するとき、垂直の脚を反対方向に下ろし両脚が同時にスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。

### 323 SOMERSAULT FRONT PIKE

1.4

From a **Front Layout Position** a *Front Pike Position* is assumed. Followed by *Front Pike Position* to assume a *Submerged Ballet Leg Double Position*, and with continuous motion a **Front Pike Position** is maintained as the body continues to somersault forward around a lateral axis so that the hips replace the head at each quarter point of the revolution until the head and buttocks return to the surface. As the legs move upward to assume a **Front Layout Position**, the head, back and buttocks travel along the surface until hips occupy the same position as the head at the beginning of this action.



### 324 SOMERSUB

1.9

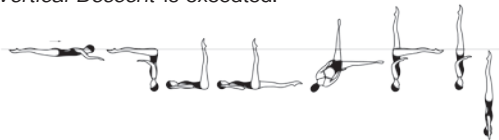
From a **Front Layout Position**, a Somersault Front Pike is executed to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. One leg is lowered to a **Submerged Ballet Leg Position**. Maintaining this position, the body rises vertically to a **Surface Ballet Leg Position**. The *Ballet Leg* is lowered.



### 325 SUBALINA

2.2

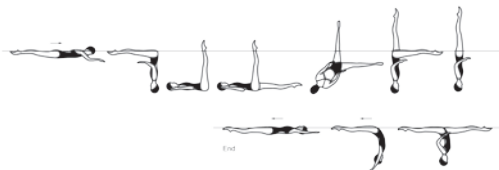
A Somersub is executed to a **Submerged Ballet Leg Position**. As the body rises a *Catalina Rotation* is executed. The horizontal leg is lifted to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 326 SUBILARC

2.8

A Subalina is executed to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in a 180° arc over the surface. As it passes the vertical leg, the vertical leg starts to move symmetrically in the opposite direction, and the legs reach a **Split Position** at the same time. A *Walkout Front* is executed.



327 バレリーナ 1.8

下向き水平姿勢から、水中バレレッグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。片方の膝を曲げ、水中フラミンゴ姿勢になる。この姿勢を保ったまま浮上し、水上フラミンゴ姿勢になる。バレレッグの脚を90°の弧を描いて水面に下ろしながら、もう一方の脚を動かしてベントニー上向き水平姿勢になる。つま先は伸ばした脚の内側に沿って動かし、上向き水平姿勢になる。

328 ラゲーン 2.4

水中バレレッグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。両脚の垂直線を保ったまま、胴体をアンロールし、腰を持ち上げて垂直姿勢になる。片脚を下ろし、ナイト姿勢になる。垂直の脚を下ろし、サーフィスアーチ姿勢になる。続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。

330 オーロラ 2.3

下向き水平姿勢から、水中バレレッグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。片脚を垂直に持ち上げながら、もう一方の脚を水面に沿って動かし、ナイト姿勢になる。身体を180°回転し、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。

330a, c~g -別表1 参照

垂直姿勢までオーロラを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。



### 327 BALLERINA

1.8

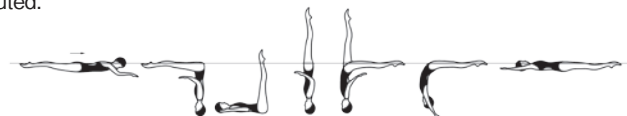
From a **Front Layout Position** a Somersault Front Pike is executed to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. One knee is bent to assume a **Submerged Flamingo Position**. Maintaining this position, the body rises to a **Surface Flamingo Position**. The ballet leg is lowered in a 90° arc to the surface as the other leg moves to assume a **Bent Knee Position**. The toe moves along the inside of the extended leg until a **Back Layout Position** is assumed.



### 328 LAGOON

2.4

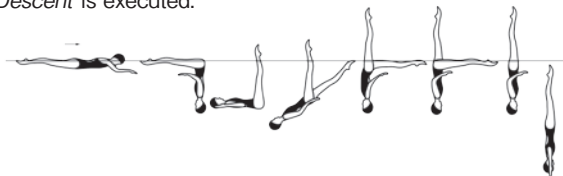
A Somersault Front Pike is executed to the **Submerged Ballet Leg Double Position**. Maintaining the vertical line of the legs, the hips are lifted as the trunk unrolls to assume a **Vertical Position**. One leg is lowered to a **Knight Position**. The vertical leg is lowered to assume a **Surface Arch Position**, with continuous motion a *Surface Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 330 AURORA

2.3

From a **Front Layout Position** a Somersault Front Pike is executed to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. One leg rises vertically as the other moves along the surface to a **Knight Position**. The body rotates 180° to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 330a, 330c to 330g - See Appendix I

An Aurora is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

- 331 オーロラ オープン 180° 3.0  
フィッシュテイル姿勢までオーロラを行う。身体の垂直線を保ったまま、徐々にスピードを増しながら、水平の脚を水面に180°の弧を描いて回しナイト姿勢になる。この姿勢を保ったまま、続けて同じ方向にさらにスピードを増しながら180°回転する。垂直の脚を下ろしサーフィスアーチ姿勢になる。アーチから上向き水平姿勢で終了する。
- 332 オーロラ オープン 360° 3.2  
フィッシュテイル姿勢までオーロラを行う。身体の垂直線を保ったまま、徐々にスピードを増しながら、水平の脚を水面に180°の弧を描いて回しナイト姿勢になる。この姿勢を保ったまま、続けて同じ方向にさらにスピードを増しながら360°回転する。垂直の脚を下ろしサーフィスアーチ姿勢になる。アーチから上向き水平姿勢で終了する。
- 335 ギャビエータ 2.3  
下向き水平姿勢から、水中バレーレグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。浮上しながら両脚のカタリーナローテーションを行い垂直姿勢になる。両脚を均等に開き、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。

### 331 AURORA OPEN 180°

3.0

An Aurora is executed to a **Fishtail Position**. Maintaining the vertical alignment of the body, the foot of the horizontal leg is moved with accelerating speed in a horizontal arc of 180° at the surface to a **Knight Position** and with continuous motion and accelerating speed, the body maintains this position as an additional 180° rotation is executed in the same direction. The vertical leg is lowered to a **Surface Arch Position**. An *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 332 AURORA OPEN 360°

3.2

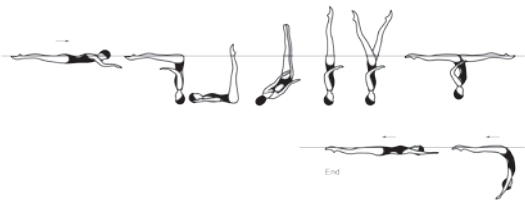
An Aurora is executed to a **Fishtail Position**. Maintaining the vertical alignment of the body, the foot of the horizontal leg is moved with accelerating speed in a horizontal arc of 180° at the surface to a **Knight Position** and with continuous motion and accelerating speed, the body maintains this position as an additional 360° rotation is executed in the same direction. The vertical leg is lowered to a **Surface Arch Position**. An *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 335 GAVIATA

2.3

From a **Front Layout Position**, a Somersault Front Pike is executed to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. A rising double leg *Catalina Rotation* is executed to a **Vertical Position**. The legs open symmetrically to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed.

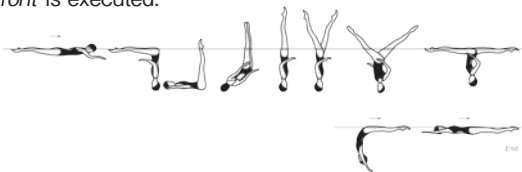


- 336 ギャビエータ オープン 180° 2.4  
垂直姿勢までギャビエータを行う。続けて同じ方向に 180° 回転する間に両脚を均等に開き、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。
- 342 ヘロン 1.9  
下向き水平姿勢から、水中バレーレグダブル姿勢までサマソールフロントパイクを行う。胴体を脚の方へ起こしながら、すねが水面と平行で、ふくらはぎの中央がもう一方の垂直の脚と交わるように片脚を曲げる。スラストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。浮上する間に、曲げた脚の足先を同時に垂直の脚の内側に動かす。スラストと同じテンポで、ベントニー垂直姿勢のまま垂直沈み込みを行う。
- 342c ヘロン トワール 2.3  
ベントニー垂直姿勢までヘロンを行う。ベントニー垂直姿勢でトワールを行う。スラストと同じテンポで、垂直沈み込みを行う。
- 342d~f, j -別表1参照  
ベントニー垂直姿勢までヘロンを行う。スラストと同じテンポで、ベントニー垂直姿勢で指定されたスピンをを行う。
- 342h, i -別表1参照  
ベントニー垂直姿勢までヘロンを行う。その姿勢を保ったままスラストと同じテンポで、足首まで垂直沈み込みを行う。ベントニー垂直姿勢を保ったままスラストより前と同じテンポで指定された上昇スピンをを行う。

### 336 GAVIATA OPEN 180°

2.4

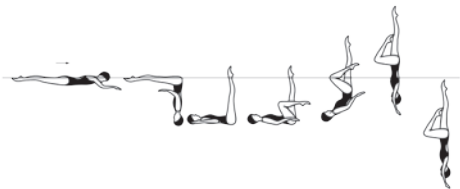
A Gaviata is initiated to a **Vertical Position**. Continuing in the same direction, the legs open symmetrically during a 180° rotation to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed.



### 342 HERON

1.9

From a **Front Layout Position**, a Somersault Front Pike is executed to a **Submerged Ballet Leg Double Position**. One leg is bent with the shin parallel to the surface and the mid-calf opposite the vertical leg, as the trunk moves toward the legs. A *Thrust* is executed to a **Bent Knee Vertical Position**, with the foot of the bent leg moving simultaneously to the inside of the vertical leg during the rise. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position** at the same tempo as the *Thrust*.



### 342c HERON TWIRL

2.3

A Heron is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Twirl* is performed in a **Bent Knee Vertical Position** to complete the figure. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.

### 342d to 342f plus 342j - See Appendix I

A Heron is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. The designated *Spin* is performed in a **Bent Knee Vertical Position** to complete the figure, at the same tempo as the *Thrust*.

### 342h and 342i - See Appendix I

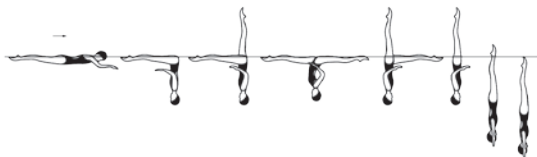
A Heron is executed to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Vertical Descent* in a **Bent Knee Vertical Position** is executed to ankle level, at the same tempo as the *Thrust*. The designated *ascending Spin* is performed in a **Bent Knee Vertical Position** as the same tempo as prior to the *Thrust*. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position** at the same tempo as the *Thrust*.

- 343 バタフライ 2.5  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を180°の弧を描くように素早く持ち上げると同時に、垂直の脚を下ろしてスプリット姿勢になるやいなや、前脚を上げながら腰を180°回転しフィッシュテイル姿勢になる。フィギュアの開始時と同じテンポで水平の脚を上げて垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 344 ネプチューヌス 1.7  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を曲げベントニー垂直姿勢になる。足首が沈むとき揃うように、曲げた膝を伸ばしながら垂直沈み込みを行う。
- 345 カタリーナリバース 2.1  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。カタリーナリバースローテーションを行う。バレレッグを下ろす。
- 346 サイドフィッシュテイルスプリット 2.0  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を垂直に上げながら身体を90°回転し、サイドフィッシュテイル姿勢になる。続けて同じ方向にさらに90°回転しながら、垂直の脚を下ろしスプリット姿勢になる。両脚を上げ垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。

### 343 BUTTERFLY

2.5

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is rapidly lifted through an arc of  $180^\circ$  as the vertical leg is lowered to assume a **Split Position**, without hesitating a hip rotation of  $180^\circ$  is executed as the front leg is raised to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to a **Vertical Position** at the same tempo as the initial actions of the figure. A *Vertical Descent* is executed.



### 344 NEPTUNUS

1.7

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is bent to assume a **Bent Knee Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed as the bent knee is extended to meet the vertical leg as the ankles submerge.



### 345 CATALINA REVERSE

2.1

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. A *Catalina Reverse Rotation* is executed. The *Ballet Leg* is lowered.



### 346 SIDE FISHTAIL SPLIT

2.0

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to vertical as the body rotates  $90^\circ$  on its longitudinal axis to assume a **Side Fishtail Position**, and with continuous motion another  $90^\circ$  rotation is executed in the same direction as the vertical leg lowers to assume a **Split Position**. The legs are lifted to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



- 347 ミネルバ 2.0  
スプリット姿勢までサイドフィッシュテイルスプリットを行う。同じ方向にさらに180°回転する間に、前脚を垂直まで上げ、後脚は腿とすねを水面に保持したまま90°またはそれより小さい角度に曲げ、ベントニー垂直姿勢になる。ベントニー垂直姿勢で垂直沈み込みを行う。
- 348 タワー 1.9  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を持ち上げフィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 349 ベルーガ 2.1  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。身体の垂直線を保ったまま、水平の足先を徐々にスピードを増しながら水面に180°の弧を描いて回しナイト姿勢になる。垂直の脚を下ろしサーフィスアーチ姿勢になる。アーチから上向き水平姿勢で終了する。
- 350 ダリカリア 2.6  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。両脚の角度を保ったまま、水平の脚を垂直にしながらか垂直の脚を水面に同時に動かし、ナイト姿勢になる。両脚はそのままで、胴体を伸ばしながら浮上させ、水上バレーレグ姿勢になる。バレーレグを下ろす。



### 347 MINERVA

2.0

A Side Fishtail Split is executed to a **Split Position**. During an additional 180° rotation in the same direction, the front leg is lifted to vertical as the back leg bends to an angle of 90° or less with the thigh and shin remaining at the surface as it moves through to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position**.



### 348 TOWER

1.9

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 349 BELUGA

2.1

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. Maintaining the vertical alignment of the body, the foot of the horizontal leg is moved with accelerating speed in a horizontal arc of 180° at the surface to a **Knight Position**. The vertical leg is lowered to a **Surface Arch Position**. An *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 350 DALECARLIA

2.6

From a **Front Layout Position** a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. Maintaining the angle between the legs, the horizontal leg moves to vertical as the vertical leg simultaneously continues its arc to the surface to assume a **Knight Position**. Without moving the legs, the trunk straightens as it rises to a **Surface Ballet Leg Position**. The *Ballet Leg* is lowered.



- 351 ジュピター 2.8  
ナイト姿勢までダリカリアを行う。身体の垂直線を保ったまま、水平の脚を水面に 180° の弧を描いて回しフィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 355 ポーパス 1.8  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。両脚を持ち上げ**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 355a~g, j - 別表1 参照  
**垂直姿勢**までポーパスを行う。指定されたツイストまたはスピンを行う。
- 355h, i - 別表1 参照  
**垂直姿勢**までポーパスを行う。足首まで**垂直沈み込み**を行う。指定された**上昇スピン**を行う。
- 360 ウォークオーバーフロント 1.9  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に 180° の弧を描いてスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。
- 361 プローン 1.5  
下向き水平姿勢から、スプリット姿勢までウォークオーバーフロントを行う。両脚を閉じ、水位が足首の**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。

### 351 JUPITER

2.8

A Dalecarlia is executed to a **Knight Position**. Maintaining the vertical alignment of the body, the horizontal leg is moved in a 180° arc at the surface of the water to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to the **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 355 PORPOISE

1.8

From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. The legs are lifted to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



### 355a to 355g plus 355j - See Appendix I

A Porpoise is executed to **Vertical Position**. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

### 355h and 355i - See Appendix I

A Porpoise is executed to **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed to ankle level. The designated *Ascending Spin* is executed.

### 360 WALKOVER FRONT

1.9

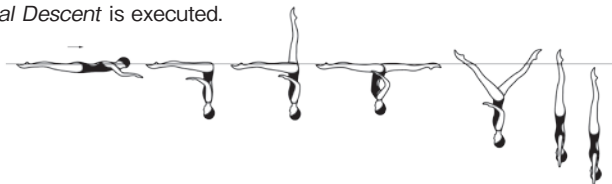
From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted in a 180° arc over the surface to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed.



### 361 PRAWN

1.5

From a **Front Layout Position**, a Walkover Front is executed to the **Split Position**. The legs join to assume a **Vertical Position** at ankle level. A *Vertical Descent* is executed.



- 362 サーフイスブローン 1.3  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片足先を水面に180°の弧を描いて回しスプリット姿勢になる。両脚を閉じ、水位が足首の垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 363 ウォータードロップ 1.5  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。両脚を同時に持ち上げベントニー垂直姿勢になる。足首が水面に達する前に垂直姿勢になるように、曲げた膝を伸ばしながら180°スピンを行う。
- 364 ホワールウィンド 2.7  
下向き水平姿勢から、フロントパイク姿勢になる。片脚を上げフィッシュテイル姿勢になる。フィッシュテイル姿勢を保ったまま、水平の脚を閉める方向に素早く2回転(720°)する。さらに同じ方向に水平の脚を垂直姿勢に持ち上げながら720°のコンティニアススピンを行う。

### 362 SURFACE PRAWN

1.3

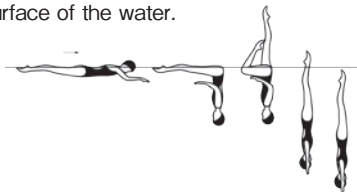
From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. One foot is moved in horizontal arc of  $180^\circ$  at the surface to a **Split Position**. The legs are joined to assume a **Vertical Position** at the ankles. A *Vertical Descent* is executed.



### 363 WATER DROP

1.5

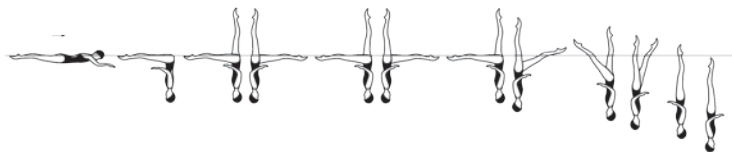
From a **Front Layout Position**, a *Front Pike Position* is assumed. The legs are lifted simultaneously to a **Bent Knee Vertical Position**. A  $180^\circ$  Spin is executed as the bent knee is extended to a **Vertical Position** before the ankles reach the surface of the water.



### 364 WHIRLWIND

2.7

From a **Front Layout Position** a *Front Pike Position* is assumed. One leg is lifted to a **Fishtail Position**. Maintaining a **Fishtail Position**, with the horizontal leg leading toward the vertical leg, two rapid rotations ( $720^\circ$ ) are executed. Continuing in the same direction, the horizontal leg is lifted to a **Vertical Position** as a *Continuous Spin  $720^\circ$*  is executed.



## 第4群

- 401 ソードフィッシュ 2.0  
下向き水平姿勢から、ベントニー下向き水平姿勢になる。伸ばした脚を水上に180°の弧を描くように持ち上げるのと同時にさらに背を反らせ、ベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。曲げた膝を伸ばし、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。
- 402 ソーダサブ 2.3  
下向き水平姿勢から、ベントニー下向き水平姿勢になる。伸ばした脚を水上に180°の弧を描くように持ち上げるのと同時にさらに背を反らせ、伸ばした脚が垂直を通過するとき、曲げた脚の足先は腰の垂直線をたどって伸ばし、水上バレーレグ姿勢になる。顔と伸ばした脚の足先は同時に水面に達する。バレーレグを下ろす。
- 403 ソードテイル 2.3  
下向き水平姿勢から、ベントニー下向き水平姿勢になる。伸ばした脚を水上に180°の弧を描くように持ち上げるのと同時にさらに背を反らせる。伸ばした脚が垂直を通過するとき、曲げた脚の足先は垂直線をたどって伸ばしナイト姿勢になる。垂直の脚を下ろしてサーフィスアーチ姿勢になる。アーチから上向き水平姿勢で終了する。

## APPENDIX IV - CATEGORY IV

### 401 SWORDFISH

2.0

From a **Front Layout Position**, a **Bent Knee Position** is assumed. The back arches more as the extended leg is lifted in a 180° arc over the surface to assume a **Bent Knee Surface Arch Position**. The bent knee is straightened to assume a **Surface Arch Position**, and with continuous motion, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



### 402 SWORDASUB

2.3

From a **Front Layout Position** a **Bent Knee Position** is assumed. The back arches more as the extended leg is lifted in a 180° arc over the surface. As the extended leg passes vertical, the bent leg straightens with the foot following a vertical line through the hips as the body assumes a **Surface Ballet Leg Position**. The face and the foot of the extended leg reach the surface simultaneously. The *Ballet Leg is lowered*.



### 403 SWORDTAIL

2.3

From a **Front Layout Position** the **Bent Knee Position** is assumed. The back arches more as the extended leg is lifted in an arc of 180° over the surface of the water. As the extended leg passes vertical, the bent leg straightens with the foot following a vertical line to assume a **Knight Position**. The vertical leg is lowered to a **Surface Arch Position**. An *Arch to Back Layout Finish Action* is executed.



- 405 ソーダリーナ 2.4  
下向き水平姿勢から、ベントニー下向き水平姿勢になる。伸ばした脚の足先が頭の真上にくるまで水上に弧を描くように持ち上げるのと同時に背を反らせる。横への動きを最小限にとどめて、胴体を引き上げながら腰を180°回転し、水中フラミンゴ姿勢になる。身体を浮上しながら、曲げた脚を伸ばして水上バレレッグ姿勢になる。バレレッグを下ろす。
- 406 ソードフィッシュストレートレッグ 2.0  
下向き水平姿勢から水上に180°の弧を描くように片脚を持ち上げるのと同時に背を反らせスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。
- 410 ハイタワー 3.4  
持ち上げた脚の足先が頭の真上にくるまでソードフィッシュストレートレッグを行う。腰の垂直線と足先と頭を結ぶ垂直線の中間に、身体をまっすぐにしてフィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を上げ垂直姿勢になる。水位を膝と足首の間に定める。両脚を垂直に保ったまま、腰を曲げて胴体を起こし、バックパイク姿勢になる。スラストを行い、垂直姿勢になる。スラストと同じテンポで垂直沈み込みを行う。
- 413 アルバ 2.7  
フィッシュテイル姿勢までハイタワーを行う。横への動きを最小限にとどめて、水平の脚を上げながらカタリーナリバースローテーションを行い、水上バレレッグダブル姿勢になる。両脚を曲げてタブ姿勢になる。膝を伸ばし、上向き水平姿勢になる。



#### 405 SWORDALINA

2.4

From a **Front Layout Position** a **Bent Knee Position** is assumed. The back arches as the extended leg describes an arc over the surface until the foot is directly over the head. The hips rotate 180° as the trunk rises, with minimal lateral movement, to a **Submerged Flamingo Position**. As the body rises, the bent leg is straightened to assume a **Surface Ballet Leg Position**. The *Ballet Leg* is lowered.



#### 406 SWORDFISH STRAIGHT LEG

2.0

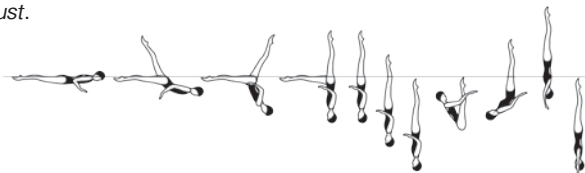
From a **Front Layout Position**, the back arches as one leg is lifted in a 180° arc over the surface to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed.



#### 410 HIGHTOWER

3.4

A *Swordfish Straight Leg* is executed until the foot of the lifting leg is directly over the head. The body is straightened to a **Fishtail Position**, assuming vertical midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the foot and the head. The horizontal leg is lifted to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed until toes are submerged. Maintaining the vertical line of the legs, the hips are piked as the trunk rises to assume a submerged **Back Pike Position**. A *Thrust* is executed to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the same tempo as the *Thrust*.



#### 413 ALBA

2.7

A *Hightower* is executed to a **Fishtail Position**. A *Catalina Reverse Rotation* is executed as the horizontal leg is lifted, with minimum lateral movement, to assume a **Surface Ballet Leg Double Position**. The legs are bent to assume a **Tub Position**. The knees are straightened to resume a **Back Layout Position**.



- 420 ウォークオーバーバック 1.9  
頭からのドルフィンを始める。腰、脚、足先を水面に沿って動かし、背をさらに反らせてサーフィスアーチ姿勢になる。片脚を持ち上げ、水上に180°の弧を描いてスプリット姿勢になる。ウォークアウトバックを行う。
- 421 ウォークオーバーバック クロージング 360° 2.2  
スプリット姿勢までウォークオーバーバックを行う。続けて360°の回転をする間に、両脚を均等に持ち上げて閉じ、垂直姿勢になる。垂直沈み込みを行う。
- 423 アリアーナ 2.2  
スプリット姿勢までウォークオーバーバックを行う。水面に両脚の位置を保ったまま、腰を180°回転する。ウォークアウトフロントを行う。
- 435 ノバ 2.2  
腰が沈む直前まで、頭からのドルフィンを行う。腰、脚、足先を水面に沿って動かし、片方の膝を曲げながら背をさらに反らせ、ベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。両脚を持ち上げベントニー垂直姿勢になる。曲げた脚を伸ばしながら、1回ツイストを行う。垂直沈み込みを行う。
- 435c~g -別表1 参照  
1回ツイストを完了するまでノバを行う。指定されたツイストまたはスピンをを行う。

#### 420 WALKOVER BACK

1.9

With the head leading a *Dolphin* is initiated. The hips, legs and feet continue to move along the surface as the back is arched more to assume a **Surface Arch Position**. One leg is lifted in a 180° arc over the surface to a **Split Position**. A *Walkout Back* is executed.



#### 421 WALKOVER BACK CLOSING 360°

2.2

A Walkover Back is executed to a **Split Position**. With continuous motion a rotation of 360° is executed as the legs are symmetrically lifted and closed to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



#### 423 ARIANA

2.2

A Walkover Back is executed to a **Split Position**. Maintaining the relative position of the legs to the surface, the hips rotate 180°. A *Walkout Front* is executed.



#### 435 NOVA

2.2

With the head leading a *Dolphin* is initiated until the hips are about to submerge. The hips, legs and feet continue to move along the surface as the back is arched more as one knee is bent to assume a **Bent Knee Surface Arch Position**. The legs are lifted to a **Bent Knee Vertical Position**. A *Full Twist* is executed as the bent leg is extended to meet the vertical leg. A *Vertical Descent* is executed.



#### 435c to 435g - See Appendix I

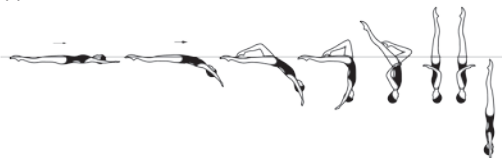
A Nova is executed to completion of the *Full Twist*. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

- 436 サイクロン 2.4  
ベントニーサーフィスアーチ姿勢までノバを行う。トワールを行いながら両脚を同時に上げ**垂直姿勢**になる。反対方向に**半回ツイスト**を行う。**垂直沈み込み**を行う。
- 436c ~ f - 別表1 参照  
反対方向の**半回ツイスト**を完了するまでサイクロンを行う。指定されたツイストまたは**スピン**を行う。
- 437 オセアニア 2.1  
ベントニーサーフィスアーチ姿勢までノバを行う。曲げた膝を伸ばしながら水平の脚を同時に上げ**垂直姿勢**になる。720°（2回転）の**コンティニアススピン**を行う。
- 439 オセアニータ 1.8  
ベントニーサーフィスアーチ姿勢までノバを行う。水平の脚を持ち上げながら曲げた膝を伸ばし**垂直姿勢**になる。**垂直沈み込み**を行う。
- 440 イバネマ 3.0  
ベントニーサーフィスアーチ姿勢までノバを行う。曲げた脚を伸ばしながら水平の脚を同時に上げ**垂直姿勢**になる。両脚を下ろし**フロントパイク姿勢**になる。両脚を持ち上げながら素早く180°回転し**垂直姿勢**になる。フィギュアの開始時と同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。

#### 436 CYCLONE

2.4

A Nova is executed to a **Bent Knee Surface Arch Position**. The legs are simultaneously lifted to a **Vertical Position** as a *Twirl* is executed. A *Half Twist* in the opposite direction is executed. A *Vertical Descent* is executed.



#### 436c, 436d, 436e and 436f - See Appendix I

A Cyclone is executed until the *Half Twist* in the opposite direction. The designated *Twist* or *Spin* is executed.

#### 437 OCEANEA

2.1

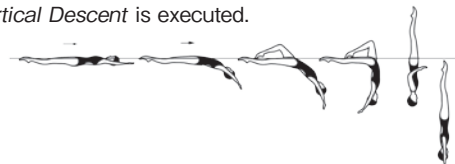
A Nova is executed to a **Bent Knee Surface Arch Position**. The horizontal leg is lifted to the vertical as the bent knee is extended to assume a **Vertical Position**. A *Continuous Spin* of 720° (2 rotations) is executed.



#### 439 OCEANITA

1.8

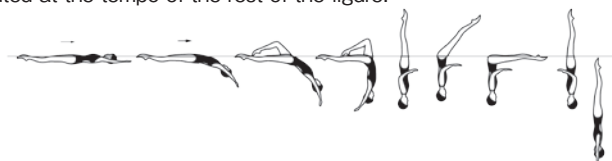
A Nova is executed to a **Bent Knee Surface Arch Position**. The horizontal leg is lifted to the vertical as the bent knee is extended to assume a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed.



#### 440 IPANEMA

3.0

A Nova is executed to the **Bent Knee Surface Arch Position**. The horizontal leg is lifted as the bent knee is straightened to assume a **Vertical Position**. The legs are lowered to a **Front Pike Position**. A rapid 180° rotation is executed as the legs lift to a **Vertical Position**. A *Vertical Descent* is executed at the tempo of the rest of the figure.



## 別表5 FINAフィギュアグループ 2017-2021

### シニア、ジュニア

#### 規 定 (難易率)

1	308i	バラクダ エアボーンスプリット スピンアップ 360°	3.3
2	355g	ポーパス ツイストスピン	2.5
			<hr/>
			5.8

#### 選択グループ

##### グループ1

3	154j-2	ロンドン コンバインドスピン 720°(720°+720°)	2.9
4	330c	オーロラ トワール	2.8
			<hr/>
			5.7 T 11.5

##### グループ2

3	364	ホワールウィンド	2.7
4	343	バタフライ	2.5
			<hr/>
			5.2 T 11.0

##### グループ3

3	320	キップスワール スプリット クロージング 180°	2.3
4	440	イパネマ	3.0
			<hr/>
			5.3 T 11.1

### エイジグループ 13-14-15

#### 規 定 (難易率)

1	423	アリアーナ	2.2
2	143	リオ	3.1
			<hr/>
			5.3

#### 選択グループ

##### グループ1

3	351	ジュピター	2.8
4	437	オセアニア	2.1
			<hr/>
			4.9 T 10.2

## グループ2

3	240a	アルバトロス 半回ツイスト	2.2	
4	403	ソードテイル	2.3	
			<hr/>	
			4.5	T 9.8

## グループ3

3	355f	ポーバス コンティニューアススピン (720°)	2.1	
4	315	シーガル	2.1	
			<hr/>	
			4.2	T 9.5

## エイジグループ 12 & under

### 規定 (難易率)

1	106	ストレートバレーレッグ	1.6	
2	301	バラクダ	1.9	
			<hr/>	
			3.5	

## 選択グループ

### グループ1

3	420	ウォークオーバーバック	1.9	
4	327	バレリーナ	1.8	
			<hr/>	
			3.7	T 7.2

### グループ2

3	311	キップ	1.6	
4	401	ソードフィッシュ	2.0	
			<hr/>	
			3.6	T 7.1

### グループ3

3	226	スワン	2.1	
4	363	ウォータードロップ	1.5	
			<hr/>	
			3.6	T 7.1

## 別表6 FINAテクニカルルーティン規定要素 2017-2021

### 一般規定

1. 世界ジュニア選手権大会では、ジュニア用規定要素を使用する。
2. 規定要素の説明で特に指示がない限り：
  - ・すべてのフィギュアまたはその部分は、別表2、3、4に説明されている通りに行うこと。
  - ・すべての規定要素は、高く、よくコントロールされ、かつユニフォームモーションで行われ、各部が明確であること。
  - ・コンティニアススピンの含まれる規定要素において、失敗した場合はAS11.2を適用する。
3. 規定要素1から5は、エレメンツスコアで評価する。
4. 規定要素1から5は、リストされた順に実施する。
  - ・評価を明確にするために、規定要素1、2、3、4、5は、規定要素以外の動作を入れることによって、連続して行わないよう強く推奨する。
5. ソロ、デュエットおよびミックデュエットのみ、規定要素1から5はジャッジが座っているプールの側面と平行して実施する。
6. 制限時間はAS14.1の通り。

### シニア ソロ規定要素

1. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、高さを変えずに片脚を素早く曲げてベントニー垂直姿勢になる。垂直の脚を前方に下ろすと同時に、曲げた脚を後方に伸ばしてエアボンスプリット姿勢になる。最高位を保ったまま、両脚を均等に上げ垂直姿勢になり、垂直沈み込みを行う。すべての動きは素早く行う。[DD 2.7]



## APPENDIX VI

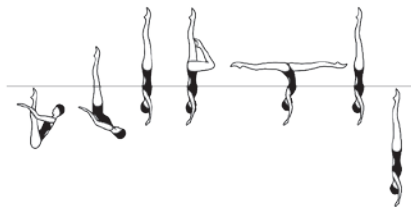
### FINA REQUIRED ELEMENTS FOR TECHNICAL ROUTINES

#### GENERAL REQUIREMENTS

1. In World Junior Championships, Required Elements for Junior Categories are used.
2. Unless otherwise specified in the description of an element:
  - All figures or components thereof shall be executed according to the requirements described in appendices II-IV.
  - All elements shall be executed high and controlled, in uniform motion with each section clearly defined.
  - When a mistake occurs in required elements including a continuous spin, AS11.2 will be applied.
3. Required Elements #1 - #5 shall be judged within the Elements score.
4. Required Elements #1 - #5 are to be performed in the order listed.
  - It is strongly recommended, for clarity of judgment that Required Elements #1 - #5 are separated by other content.
5. For Solo, Duet and Mixed Duet only, Required Elements #1 - #5 shall be performed parallel to the sides of the pool where the panels of judges are seated.
6. Time limits as in AS 14.1.

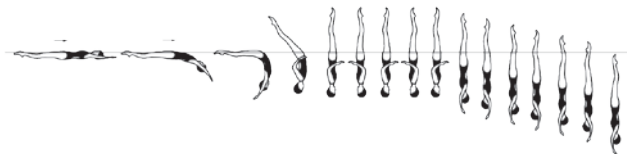
#### SENIOR SOLO REQUIRED ELEMENTS

1. Starting in a **Submerged Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a *Thrust* is executed to a **Vertical Position** and with no loss of height one leg is lowered rapidly to a **Bent Knee Position** and as the vertical leg is lowered forward, the bent knee is extended to assume an **Airborne Split Position** and maintaining maximum height the legs are lifted symmetrically to a **Vertical Position**, followed by a *Vertical Descent*. All movements are executed rapidly. [DD 2.7]



2. ドルフィンを始め、背をさらに反らせサーフィスアーチ姿勢になる。両脚を持ち上げ垂直姿勢になる。2回ツイスト（720°）を行い、続けて同じ方向に1080°（3回転）のコンティニアススピンを行う。[DD 3.4]
3. 141- スティングレイ  
頭の方に移動しながら、水上フラミンゴ姿勢までフラミンゴを行う。バレレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を水上に弧を描いて持ち上げる。その脚が垂直の脚を通過するときに180°の回転を始め、（両脚を）均等に動かし、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。[DD 3.2]
4. 垂直姿勢から1回ツイストを行い、続けて1080°（3回転+3回転）のコンバインドスピンを行う。[DD2.7]
5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダコンティニアススピン720°（2回転）を行う。[DD2.3]

2. A *Dolphin* is initiated, and the back continues to arch to assume a **Surface Arch Position**. The legs are lifted to a **Vertical Position**. Two *Full Twists* ( $720^\circ$ ) are executed, and continuing in the same direction a *Continuous Spin*  $1080^\circ$  (3 rotations) executed. [DD 3.4]

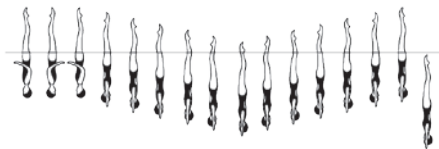


3. 141 - Stingray

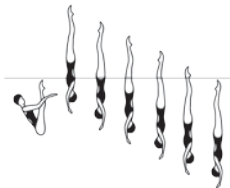
A *Flamingo* is executed to a **Surface Flamingo Position**, travelling head first. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in an arc over the surface. As it passes the vertical leg which moves symmetrically, a  $180^\circ$  rotation is started and is completed as a **Split Position** is assumed. A *Walkout Front* is executed. [DD 3.2]



4. Starting in a **Vertical Position** a *Full Twist* is executed followed by a *Combined Spin* of  $1080^\circ$  (3 rotations + 3 rotations). [DD 2.7]



5. Starting in a submerged **Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a *Barracuda Continuous Spin*  $720^\circ$  (2 rotations) is executed. [DD 2.3]

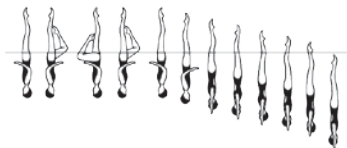


## シニア デュエット規定要素

1. 垂直姿勢から、片脚を下ろしながら1回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、曲げた膝を伸ばしながら1回ツイストを行い、垂直姿勢になる。1080°（3回転）のコンティニアススピンを行う。[DD 2.3]
2. 上向き水平姿勢から、片脚をストレートに上げバレーレッグ姿勢になる。さらに水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。曲げた膝を伸ばし水上バレーレッグダブル姿勢になる。両脚を垂直に保ったまま、足先が水面直下の水中バックパイク姿勢になるまで身体を沈める。360°回転しながら身体を水面に浮上させ、同時に片足先を水面に置いたまま片脚を下ろして水上フラミンゴ姿勢になる。水平の脚を水面に伸ばして、バレーレッグ姿勢になる。垂直の脚をストレートに下ろし、上向き水平姿勢になる。バレーレッグシークエンスの間、頭の方に移動してもよい。[DD 2.9]
3. フィッシュテイル姿勢から、その姿勢を保ったまま、水平の脚を閉める方向に素早く2回転（720°）する。続けて同じ方向、同じスピードで水平の脚を上げながら素早い1回ツイストを行い垂直姿勢になる。さらに720°（2回転）のコンティニアススピンを行う。[DD 2.8]

## SENIOR DUET REQUIRED ELEMENTS

1. Starting in a **Vertical Position**, a *Full Twist* is executed as one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**. Continuing in the same direction another *Full Twist* is executed, as the bent knee is extended to a **Vertical Position**. A *Continuous Spin of 1080°* is executed. (3 rotations). [DD 2.3]



2. From a **Back Layout Position** a straight leg is lifted to a **Ballet Leg Position**. The shin of the horizontal leg is drawn along the surface to assume a **Surface Flamingo Position**. The bent knee is straightened to a **Surface Ballet Leg Double Position**. Maintaining the legs vertical, the body submerges to a **Submerged Back Pike Position** until the feet are just below the surface. Executing a  $360^\circ$  rotation the body rises to the surface simultaneously lowering one leg with foot at the surface to assume a **Surface Flamingo Position**. The horizontal leg is straightened horizontally to a **Ballet Leg Position**. The vertical leg is lowered straight to a **Back Layout Position**. Head first travel is allowed during the Ballet Leg sequence. [DD 2.9]



3. Starting and maintaining a **Fishtail Position**, with the horizontal leg leading toward the vertical leg, 2 rapid rotations ( $720^\circ$ ) are executed. Continuing in the same direction and same speed, a rapid *Full Twist* is executed as the horizontal leg is lifted to a **Vertical Position**. A *Continuous Spin 720°* is executed. [DD 2.8]

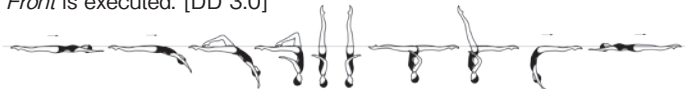


4. 垂直姿勢までサイクロンを行う。半回ツイストを行い、続けて同じ方向にさらに 180°の回転をしながら両脚を均等に開き、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。[DD 3.0]
5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、さらに高さを変えずに片脚を素早く下ろしてフィッシュテイル姿勢になる。前方の脚を上げながら 360°スピンを行う。[DD 2.5]
6. リフト、ジャンプ、スローのうちいずれか 1 つをルーティン中のどこかに含まなければならない。
7. 陸上動作、入水、リフト、ジャンプまたはスローを除いたすべての要素（規定、自由とも）は、2 人が同じ方向を向いて同時に行わなければならない。ミラーアクションは認められない。

#### シニア ミックスデュエット規定要素

1. フロントパイク姿勢から、両脚を持ち上げながら 360°の回転を行い、垂直姿勢になる。[DD1.5]
2. バレーレグシークエンス：バレーレグを上げる。続いて垂直の脚を水平に下ろすと同時に、反対の脚を素早くバレーレグを上げる。水平の脚を曲げ水上フラミンゴ姿勢になる。曲げた脚を伸ばしてバレーレグダブル姿勢になる。バレーレグダブル姿勢を保ったまま、360°の回転を行う。バレーレグダブル姿勢になるまで、頭の方に移動する。[DD2.5]

4. A Cyclone is executed to the **Vertical Position**. A *Half Twist* is executed. Continuing in the same direction an additional rotation of  $180^\circ$  is executed as the legs are symmetrically opened to assume a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed. [DD 3.0]



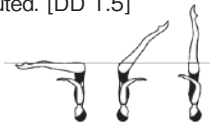
5. Starting in a submerged **Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a *Thrust* is executed to a **Vertical Position** and with no loss of height one leg is rapidly lowered to a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted to a **Vertical Position** as a *Spin 360°* is executed. [DD 2.5]



6. The routine must contain a lift, jump or throw, this can be placed anywhere in the routine.
7. With the exception of the deck work, entry and the lift, jump or throw, all elements required and supplementary must be performed simultaneously and facing the same direction. Mirror actions are not permitted.

## MIXED DUET REQUIRED ELEMENTS

1. From **Front Pike Position** the legs are lifted to **Vertical Position** as a rotation of  $360^\circ$  is executed. [DD 1.5]



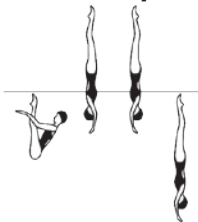
2. Ballet leg Sequence: A *Ballet Leg* is assumed followed by a rapid exchange to *assume the opposite Ballet Leg* as the vertical leg is lowered straight to horizontal. The horizontal leg is bent to assume a **Surface Flamingo Position**. The bent leg is straightened to a **Ballet Leg Double Position**. Maintaining the **Ballet Leg Double Position**, a rotation of  $360^\circ$  is executed. Travelling head first until the **Ballet Leg Double Position** is assumed. [DD 2.5]



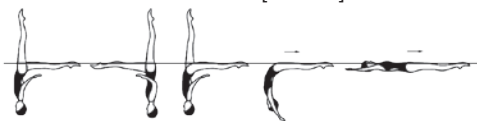
3. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダトワールを行う。[DD2.4]
4. ナイト姿勢から、身体の垂直線を保ったまま、水平の脚を水面に180°の弧を描いて回しフィッシュテイル姿勢になる。両脚の角度を保ったまま、水平の脚を垂直にしながらか垂直の脚を水面に同時に動かし、ナイト姿勢になる。垂直の脚を下ろし、サーフィスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。[DD2.2]
5. フロントパイク姿勢から両脚を持ち上げ垂直姿勢になる。片脚を下ろしながら1回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。続けて曲げた脚を伸ばして垂直姿勢になりながら720°(2回転)のコンティニアスピンを行う。[DD2.3]
6. リフト、ジャンプ、スローのうちいずれか1つをルーティン中のどこかに含まなければならない。
7. 少なくとも1つのコネクティッドアクションをルーティン中のどこかに含まなければならない。  
コネクティッドアクション：泳者はその要素の演技中、何らかの方法で触れていなければならない。
8. 規定要素1から5は、2人が同じ方向を向いて同時に行わなければならない。



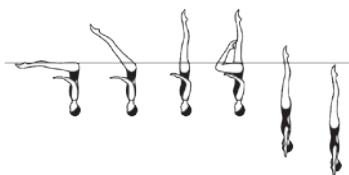
3. From a **Submerged Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Twirl is executed. [DD 2.4]



4. From a **Knight Position**, maintaining the vertical alignment of the body, the horizontal leg is moved in a 180° arc at the surface of the water to assume a **Fishtail Position**. Maintaining the angle between the legs, the horizontal leg moves to vertical as the vertical leg simultaneously continuous its arc to the surface to assume a **Knight Position**. The vertical leg is lowered to assume a **Surface Arch Position**, with continuous motion a *surface arch to back layout finish action* is executed. [DD 2.2]



5. From a **Front Pike Position** the legs are lifted to a **Vertical Position** -A *Full Twist* is executed as one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**, followed by a *Continuous Spin of 720° (2 rotations)* as the bent knee is joined to a **Vertical Position**. [DD 2.3]



6. The routine must contain only one lift, jump, or throw, which can be placed anywhere in the routine.
7. The routine must contain at least one connected action, which can be placed anywhere in the routine. Connected Action: the swimmers must be touching in some manner during the performance.
8. Required Elements #1 - #5 must be performed simultaneously and facing the same direction.

## シニア チーム規定要素

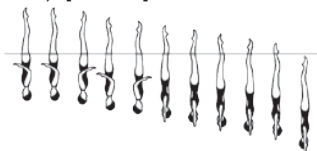
1. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、高さを変えずに片脚を曲げてベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばして垂直姿勢になりながら、素早い360°スピンをを行う。[DD 2.5]
2. 垂直姿勢から1回ツイストを行い、続けて1440°（4回転）のコンティニアスピンを行う。[DD2.2]
3. 垂直姿勢までサイクロンを行い、両脚を均等に下ろしてスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。[DD2.6]
4. マンタレイハイブリッド：頭の方に移動しながら、水上フラミング姿勢までフラミングを行う。バレーレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を素早く上げ垂直姿勢になりながら身体を180°回転させる。回転の方向は垂直の脚の方に閉じる。（注記：右脚フラミングの場合は、180°の回転中は右肩を後方に、また、左脚フラミングの場合は、180°の回転中は左肩を後方に引くようにすること。）両脚を同時に素早く下ろしてベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。（注記：ベントニーサーフィスアーチ姿勢は左右どちらの脚でもよい。）曲げた膝を伸ばしサーフィスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。[DD3.1]

## SENIOR TEAM REQUIRED ELEMENTS

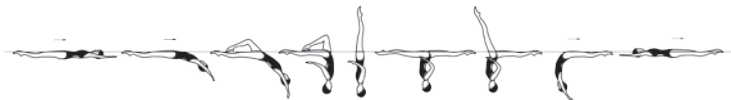
1. Starting in a **Submerged Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a *Thrust* is executed to a **Vertical Position** and with no loss of height one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**. A rapid  $360^\circ$  *Spin* is executed as the bent knee is extended to a **Vertical Position**. [DD 2.5]



2. From **Vertical Position**, a *Full Twist* is executed, followed by a *Continuous Spin  $1440^\circ$*  (4 rotations). [DD 2.2]



3. A Cyclone is executed to a **Vertical Position**, the legs are symmetrically lowered to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed. [DD 2.6]



4. Manta Ray Hybrid: A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**, travelling head first. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted rapidly to a **Vertical Position**, as the body rotates  $180^\circ$ . The direction of the  $180^\circ$  rotation is closing into the vertical leg. (Note: A right flamingo start requires the right shoulder back during the  $180^\circ$  rotation and a left flamingo start requires the left shoulder back during the  $180^\circ$  rotation) The legs are lowered rapidly simultaneously to a **Bent Knee Surface Arch Position**. (Note: The **Bent Knee Surface Arch Position** can be assumed by using either leg). The bent knee is straightened to a **Surface Arch Position** and with continuous motion, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed. [DD 3.1]



5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダエアボーン スプリットを行う。[DD2.5]
6. ハイライト動作を2つのみルーティン中のどこかに含まなければならない。：1つはすべてのチームメンバーで行い、1つは2グループによる同一のアクロバティック動作を同時に行う。アクロバティック動作：ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの一般的な総称で、華々しい体操の妙技 (feats) やリスクリーな動作として演じられる。そして、そのほとんどは他の泳者の補助を得て達成されるものである。
7. 腕、脚、もしくはその両方のカデンスアクションを1つルーティン中のどこかに含まなければならない。カデンスアクション：すべてのチームメンバーが同一の動きを1人ずつ連続的に行う。複数のカデンスアクションが行われる場合、それらは連続していて、他の動作や規定要素で切り離されてはいけない。最初のカデンスアクションをチームメンバー全員が完了する前に、2つ目のカデンスアクションを開始してもよい。ただし、各チームメンバーはそれぞれのカデンスアクションを行わなければならない。
8. 少なくとも1つの円と1つの直線をルーティン中に含まなければならない。
9. 陸上動作、入水、アクロバティック動作、カデンスアクションを除いたすべての要素（規定、自由とも）は、すべてのチームメンバーが同じ方向を向いて同時に行わなければならない。水中パターン変化、水中動作、および円を作るときと終了するときに関し、推進動作と進行方向の差異は認められる。円を除いてミラーアクションは認められない。

- 5 From a **Submerged Back Pike Position**, with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Airborne Split is executed. [DD 2.5]



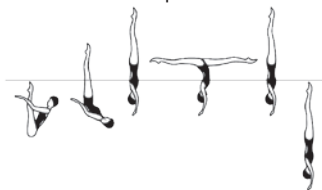
6. The routine must contain only two acrobatic moves: one using all team members, and one where the swimmers are divided into two subgroups and who perform identical simultaneous acrobatic movements. These may be placed anywhere in the routine. Acrobatic movements: A general term for jumps, throws, lifts, stacks, platforms, etc., which are performed as spectacular gymnastic feats and/or risky actions, and are mostly achieved with assistance from other swimmer(s).
7. The routine must contain a Cadence Action with either arms, legs or both. This may be placed anywhere in the routine. Cadence Action: Identical movement(s) performed sequentially, one by one, by all team members. When more than one cadence action is performed, they must be consecutive and not separated by other optional or required elements. A second cadence action may begin before the first cadence action is completed by all team members but each team member must do the action of each cadence.
8. At least one circle and at least one straight line must be included in the routine.
9. With exception of the deck work, entry, the Acrobatic movements and the Cadence Action, all elements – required and supplementary – must be performed simultaneously and facing the same direction by all team members. Variations in propulsion and direction facing are permitted only during underwater pattern changes and underwater actions and making and finishing a circle. Mirror actions are not permitted with the exception of the circle.

## ジュニア ソロ規定要素

1. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダエアボーン  
スプリットを行う。[DD2.5]
2. 垂直姿勢から 360°の回転をしながら両脚を均等に下ろしスプリット姿  
勢になる。続けて同じ方向に 360°の回転をしながら両脚を均等に上げ  
垂直姿勢になる。続けて同じ方向に 1080°（3回転）のコンティニア  
ススピンを行う。[DD2.5]
3. 141- スティングレイ  
頭の方に移動しながら、水上フラミング姿勢までフラミングを行う。  
バレレグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時  
に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、  
フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を水上に弧を描いて持ち上げ  
る。その脚が垂直の脚を通過するときに 180°の回転を始め、（両脚を）  
均等に動かし、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行  
う。[DD 3.2]
4. 垂直姿勢から 720°（2回転+ 2回転）のコンバインドスピンを行う。  
[DD1.9]

## JUNIOR SOLO REQUIRED ELEMENTS

1. Starting in a **Submerged Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Airborne Split is executed. [DD 2.5]



2. Starting in a **Vertical Position**, the body rotates 360° as the legs are lowered symmetrically to assume a **Split Position**. Continuing in the same direction an additional rotation of 360° is completed as the legs are raised symmetrically to assume a **Vertical Position**. Followed by a *Continuous Spin 1080°* (3) in the same direction. [DD 2.5]

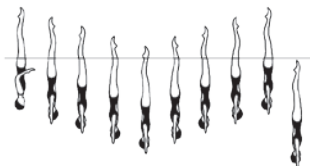


3. 141 - Stingray

A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**, travelling head first. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted in an arc over the surface. As it passes the vertical leg which moves symmetrically, a 180° rotation is started and is completed as a **Split Position** is assumed. A *Walkout Front* is executed. [DD 3.2]



4. Starting in a **Vertical Position** a *Combined Spin of 720°* (2 rotations + 2 rotations) is executed. [DD 1.9]



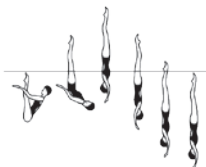
5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダススピン 360°を行う。[DD 2.0]

### ジュニア デュエット規定要素

1. 垂直姿勢から、片脚を下ろしながら1回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。続けて同じ方向に、曲げた膝を伸ばしながら1回ツイストを行い、垂直姿勢になる。720°（2回転）のコンティニアススピンを行う。[DD 2.2]
2. 上向き水平姿勢から、片脚をストレートに上げバレーレッグ姿勢になる。さらに水平の脚のすねを水面に沿って引き、水上フラミンゴ姿勢になる。曲げた膝を伸ばし水上バレーレッグダブル姿勢になる。両脚を垂直に保ったまま、足先が水面直下の水中バックパイク姿勢になるまで身体を沈める。360°回転しながら身体を水面に浮上させ、同時に片足先を水面に置いたまま片脚を下ろして水上フラミンゴ姿勢になる。水平の脚を水面に伸ばして、バレーレッグ姿勢になる。垂直の脚をストレートに下ろし、上向き水平姿勢になる。バレーレッグシークエンスの間、頭の方に移動してもよい。[DD 2.9]
3. フィッシュテイル姿勢から、その姿勢を保ったまま、水平の脚を閉める方向に素早く2回転（720°）する。[DD 1.8]

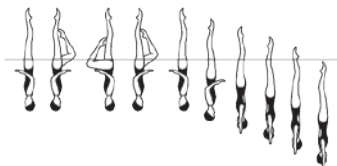


5. Starting in a **Submerged Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Spin 360° is executed. [DD 2.0]



## JUNIOR DUET REQUIRED ELEMENTS

- 1 Starting in a **Vertical Position**, a *Full Twist* is executed as one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**. Continuing in the same direction an additional *Full Twist* is completed, as the bent knee is extended to a **Vertical Position**. Followed by a *Continuous Spin of 720°* (2 rotations) is executed. [DD 2.2]



- 2 From a **Back Layout Position** a straight leg is lifted to a **Ballet Leg Position**. The shin of the horizontal leg is drawn along the surface to assume a **Surface Flamingo Position**. The bent knee is straightened to a **Surface Ballet Leg Double Position**. Maintaining the legs vertical, the body submerges to a **Submerged Back Pike Position** until the feet are just below the surface. Executing a 360° rotation the body rises to the surface simultaneously lowering one leg with foot at the surface to assume a **Surface Flamingo Position**. The horizontal leg is straightened horizontally to a **Ballet Leg Position**. The vertical leg is lowered straight to a **Back Layout Position**. Head first travel is allowed during the Ballet Leg sequence. [DD 2.9]



- 3 Starting and maintaining a **Fishtail Position**, with the horizontal leg leading toward the vertical leg, 2 rapid rotations (720°) are executed. [DD 1.8]

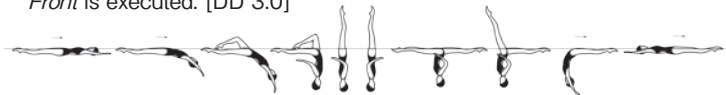


4. 垂直姿勢までサイクロンを行う。半回ツイストを行い、続けて同じ方向にさらに 180°の回転をしながら両脚を均等に開き、スプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。[DD 3.0]
5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、フライングフィッシュを行う。[DD 2.5]
6. リフト、ジャンプ、スローのうちいずれか1つをルーティン中のどこかに含まなければならない。
7. 陸上動作、入水、リフト、ジャンプまたはスローを除いたすべての要素（規定、自由とも）は、2人が同じ方向を向いて同時に行わなければならない。ミラーアクションは認められない。

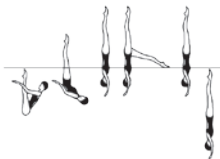
#### ジュニア ミックスデュエット規定要素

1. フロントパイク姿勢から、両脚を持ち上げながら 360°の回転を行い、垂直姿勢になる。[DD 1.5]
2. バレーレグシークエンス：バレーレグを上げる。続いて垂直の脚を水平に下ろすと同時に、反対の脚を素早くバレーレグを上げる。水平の脚を曲げ水上フラミンゴ姿勢になる。曲げた脚を伸ばしてバレーレグダブル姿勢になる。バレーレグダブル姿勢を保ったまま、360°の回転を行う。バレーレグダブル姿勢になるまで、頭の方に移動する。[DD 2.5]

- 4 A Cyclone is executed to a **Vertical Position**. A *Half Twist* is executed. Continuing in the same direction an additional rotation of  $180^\circ$  is executed as the legs are symmetrically opened to assume a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed. [DD 3.0]



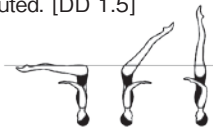
- 5 Starting in a submerged **Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a Flying Fish is executed. [DD 2.5]



- 6 The routine must contain a lift, jump or throw, this can be placed anywhere in the routine.
- 7 With the exception of the deck work, entry and the lift, jump or throw, all elements required and supplementary must be performed simultaneously and facing the same direction. Mirror actions are not permitted.

## JUNIOR MIXED DUET REQUIRED ELEMENTS

1. From **Front Pike Position** the legs are lifted to **Vertical Position** as a rotation of  $360^\circ$  is executed. [DD 1.5]

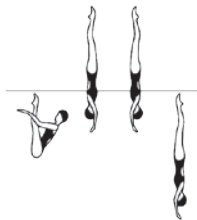


2. Ballet leg Sequence: A *Ballet Leg* is assumed followed by a rapid exchange to *assume the opposite Ballet Leg* as the vertical leg is lowered straight to horizontal. The horizontal leg is bent to assume a **Surface Flamingo Position**. The bent leg is straightened to a **Ballet Leg Double Position**. Maintaining the **Ballet Leg Double Position**, a rotation of  $360^\circ$  is executed. Travelling head first until the **Ballet Leg Double Position** is assumed. [DD 2.5]



3. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダトワールを行う。[DD 2.4]
4. ナイト姿勢から、身体の垂直線を保ったまま、水平の脚を水面に180°の弧を描いて回しフィッシュテイル姿勢になる。両脚の角度を保ったまま、水平の脚を垂直にしながら垂直の脚を水面に同時に動かし、ナイト姿勢になる。垂直の脚を下ろし、サーフィスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。[DD 2.2]
5. フロントパイク姿勢から両脚を持ち上げ垂直姿勢になる。片脚を下ろしながら1回ツイストを行い、ベントニー垂直姿勢になる。続けて曲げた脚を伸ばして垂直姿勢になりながら720°(2回転)のコンティニアススピンを行う。[DD 2.3]
6. リフト、ジャンプ、スローのうちいずれか1つをルーティン中のどこかに含まなければならない。
7. 少なくとも1つのコネクティッドアクションをルーティン中のどこかに含まなければならない。  
コネクティッドアクション：泳者はその要素の演技中、何らかの方法で触れていなければならない。
8. 規定要素1から5は、2人が同じ方向を向いて同時に行わなければならない。

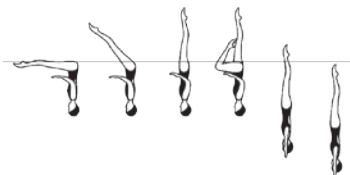
3. From a Submerged **Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Twirl is executed. [DD 2.4]



4. From a **Knight Position**, maintaining the vertical alignment of the body, the horizontal leg is moved in a 180° arc at the surface of the water to assume a **Fishtail Position**. Maintaining the angle between the legs, the horizontal leg moves to vertical as the vertical leg simultaneously continuous its arc to the surface to assume a **Knight Position**. The vertical leg is lowered to assume a **Surface Arch Position**, with continuous motion a surface *arch to back layout finish action* is executed. [DD 2.2]



5. From a **Front Pike Position** the legs are lifted to a **Vertical Position** -A *Full Twist* is executed as one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**, followed by a *Continuous Spin of 720°* (2 rotations) as the bent knee is joined to a **Vertical Position**. [DD 2.3]



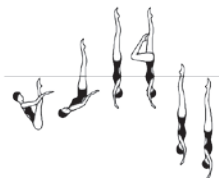
6. The routine must contain only one lift, jump, or throw, which can be placed anywhere in the routine.
7. The routine must contain at least one connected action, which can be placed anywhere in the routine. Connected Action: the swimmers must be touching in some manner during the performance.
8. Required Elements #1 - #5 must be performed simultaneously and facing the same direction.

## ジュニア チーム規定要素

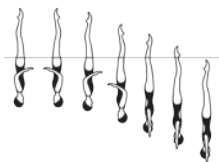
1. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、垂直姿勢までスラストを行い、高さを変えずに片脚を曲げてベントニー垂直姿勢になる。曲げた膝を伸ばして垂直姿勢になりながら、素早い180°スピンをを行う。[DD 2.3]
2. 垂直姿勢から、ツイストスピンを行う。[DD 1.8]
3. 垂直姿勢までサイクロンを行い、両脚を均等に下ろしてスプリット姿勢になる。ウォークアウトフロントを行う。[DD 2.6]
4. マンタレイハイブリッド：頭の方に移動しながら、水上フラミンゴ姿勢までフラミンゴを行う。パレーレッグの脚を垂直に保ったまま、胴体をアンロールすると同時に、曲げた脚の膝を水面に保ちながら動かすと共に腰を持ち上げ、フィッシュテイル姿勢になる。水平の脚を素早く上げ垂直姿勢になりながら身体を180°回転させる。回転の方向は垂直の脚の方に閉じる。（注記：右脚フラミンゴの場合は、180°の回転中は右肩を後方に、また、左脚フラミンゴの場合は、180°の回転中は左肩を後方に引くようにすること。）両脚を同時に素早く下ろしてベントニーサーフィスアーチ姿勢になる。（注記：ベントニーサーフィスアーチ姿勢は左右どちらの脚でもよい。）曲げた膝を伸ばしサーフィスアーチ姿勢になり、続けてアーチから上向き水平姿勢で終了する。[DD 3.1]

## JUNIOR TEAM REQUIRED ELEMENTS

- 1 Starting in a Submerged **Back Pike Position** with the legs perpendicular to the surface, a *Thrust* is executed to a **Vertical Position** and with no loss of height one leg is lowered to a **Bent Knee Vertical Position**. A rapid  $180^\circ$  *Spin* is executed as the bent knee is extended to a **Vertical Position**. All movements are executed rapidly. [DD 2.3]



- 2 From a **Vertical position**, a *Twist Spin* is executed. [DD 1.8]



- 3 A Cyclone is executed to a **Vertical Position**, the legs are symmetrically lowered to a **Split Position**. A *Walkout Front* is executed. [DD 2.6]



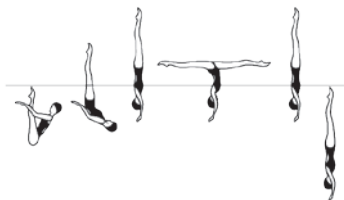
- 4 Manta Ray Hybrid: A Flamingo is executed to a **Surface Flamingo Position**, travelling head first. With the ballet leg maintaining its vertical position, the hips are lifted as the trunk unrolls while the bent leg moves with the knee at the surface to assume a **Fishtail Position**. The horizontal leg is lifted rapidly to a **Vertical Position**, as the body rotates  $180^\circ$ . The direction of the  $180^\circ$  rotation is closing into the vertical leg. (Note: A right flamingo start requires the right shoulder back during the  $180^\circ$  rotation and a left flamingo start requires the left shoulder back during the  $180^\circ$  rotation). The legs are lowered rapidly simultaneously to a **Bent Knee Surface Arch Position**. (Note: The **Bent Knee Surface Arch Position** can be assumed by using either leg). The bent knee is straightened to a **Surface Arch Position** and with continuous motion, an *Arch to Back Layout Finish Action* is executed. [DD 3.1]



5. 両脚が水面に垂直な水中バックパイク姿勢から、バラクダエアボーン スプリットを行う。[DD 2.5]
6. アクロバティック動作を2つのみルーティン中のどこかに含まなければならぬ：1つはすべてのチームメンバーで行い、1つは2グループによる同一のアクロバティック動作を同時に行う。アクロバティック動作：ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの一般的な総称で、華々しい体操の妙技 (feats) やリスクな動作として演じられる。そして、そのほとんどは他の泳者の補助を得て達成されるものである。
7. 腕、脚、もしくはその両方のカデンスアクションを1つルーティン中のどこかに含まなければならぬ。カデンスアクション：すべてのチームメンバーが同一の動きを1人ずつ連続的に行う。複数のカデンスアクションが行われる場合、それらは連続していて、他の動作や規定要素で切り離されてはいけない。最初のカデンスアクションをチームメンバー全員が完了する前に、2つ目のカデンスアクションを開始してもよい。ただし、各チームメンバーはそれぞれのカデンスアクションを行わなければならない。
8. 少なくとも1つの円と1つの直線をルーティン中に含まなければならない。
9. 陸上動作、入水、アクロバティック動作、カデンスアクションを除いたすべての要素（規定、自由とも）は、すべてのチームメンバーが同じ方向を向いて同時に行わなければならない。水中パターン変化、水中動作、および円を作るときと終了するときに限り、推進動作と進行方向の差異は認められる。円を除いてミラーアクションは認められない。



- 5 From a **Submerged Back Pike Position**, with the legs perpendicular to the surface, a Barracuda Airborne Split is executed. [DD 2.5]



- 6 The routine must contain only two acrobatic movements: one using all team members, and one where the swimmers are divided into two subgroups and who perform identical simultaneous acrobatic movements. These may be placed anywhere in the routine. Acrobatic movements: A general term for jumps, throws, lifts, stacks, platforms, etc., which are performed as spectacular gymnastic feats and/or risky actions, and are mostly achieved with assistance from other swimmer(s).
- 7 The routine must contain a Cadence Action with either arms, legs or both. This may be placed anywhere in the routine. Cadence Action: Identical movement(s) performed sequentially, one by one, by all team members. When more than one cadence action is performed, they must be consecutive and not separated by other optional or required elements. A second cadence action may begin before the first cadence action is completed by all team members but each team member must do the action of each cadence.
- 8 At least one circle and at least one straight line must be included in the routine.
- 9 With exception of the deck work, entry, the Acrobatic movements and the Cadence Action, all elements – required and supplementary – must be performed simultaneously and facing the same direction by all team members. Variations in propulsion and direction facing are permitted only during underwater pattern changes and underwater actions and making and finishing a circle. Mirror actions are not permitted with the exception of the circle.

## 別表7 FINAフリーコンビネーションルーティン規定要素 2017-2021

### 一般規定

1. 制限時間は AS14.1 の通り。
2. 開始は陸上でも水中でもその両方でもよい。
3. それに続くすべてのパートは、水中から開始しなければならない。
4. 新しいパートは、その直前のパートにごく近接したところから開始する。

### 規定要素

1. 少なくとも 2 パートは 3 名未満、少なくとも 2 パートは 8～10 名で構成する。

## **APPENDIX VII**

### **FINA REQUIRED ELEMENTS FOR THE FREE COMBINATION**

#### **GENERAL REQUIREMENTS**

1. Time limits as in AS 14.1
2. Start may be on the deck or in the water, or a combination of both.
3. All subsequent parts must start in the water.
4. A new part begins in very close proximity to the previous part.

#### **REQUIRED ELEMENTS**

1. At least two (2) parts must have fewer than three (3) competitors and at least two (2) parts must have eight (8) to ten (10) competitors.

## 別表8 FINAハイライトルーティン規定要素 2017-2021

### 一般規定

1. 制限時間は AS14.1 の通り。
2. 追加の内容を加えてもよい。
3. 規定要素 1、2、3 は、どの順序で実施してもよい。

### 規定要素

規定要素の遂行にはチームメンバー全員が関わらなければならない。

1. 少なくとも4つのアクロバティック動作

**アクロバティック動作：**ジャンプ、スロー、リフト、スタック、プラットフォームなどの一般的な総称で、華々しい体操の妙技 (feats) やリスキーな動作として演じられる。そして、そのほとんどは他の泳者の補助を得て達成されるものである。

アクロバティック動作は、持ち上げられた泳者を含めたすべての泳者が完全に水没することで完了する。

複数のアクロバティック動作の場合：

2つのアクロバティック動作間に水没が生じたとき、それは2つのリフトと見なされる。

2つのアクロバティック動作が同時に起こるとき、それは1つのリフトと見なされる。

注意：アクロバティック動作のこの説明は、フリールーティンとテクニカルルーティンにも適用する。

2. 1つのコネクティッドアクション、または1つのインタートゥワインド（絡み合う）アクション

**コネクティッドアクション：**結合またはリンクされている。

**インタートゥワインドアクション：**らせん状にお互いの周りにねじる動き。

## APPENDIX VIII

### REQUIRED ELEMENTS FOR HIGHLIGHT ROUTINE GENERAL

#### REQUIREMENTS

1. Time limits as in AS 14.1.
2. Additional content may be added.
3. Required Elements #1 - #3 may be performed in any order.

#### HIGHLIGHT REQUIRED ELEMENTS

All Team members must be involved in the performances of the Required Elements.

1. A minimum of four acrobatic movements

**Acrobatic movements:** A general term for jumps, throws, lifts, stacks, platforms, etc., which are performed as spectacular gymnastic feats and/or risky actions, and are mostly achieved with assistance from other swimmer(s).

The acrobatic movement ends with complete submersion of all participants including the one(s) being lifted. For multiple acrobatic movements:

When submersion occurs between two acrobatic movements it will be considered as two lifts.

When two acrobatic movements happen simultaneously it will be considered as one lift.

*Note: This description of acrobatic movements also applies to Free Routines. and Technical Routines.*

2. A connected or intertwined action

**Connected action:** Joined or linked together.

**Intertwined action:** Act of twisting together and around each other in spirals.

3. 1つのカレイドスコープ（万華鏡のように、絶えず変化する）効果のフロート

**フロート**：泳者が水面上で身体を用いて行うフォーメーションやパターン。身体の一部が水上または水面下にあってもよい。

**カレイドスコープ（万華鏡）効果**：一連の関係から他の関係へと連続的に移行し、急速に変化する対称的なデザインまたはパターン。

3. A float to give a kaleidoscopic effect

**A float:** a formation or pattern swimmers carry out with their bodies at the surface of the water. Some parts of their bodies can be above or below the surface.

**A kaleidoscopic effect:** a symmetrical design or pattern that continuously shifts from one set of relations to another and rapidly changes.

# 全国JOCジュニアオリンピックカップ規定

## 1. 年齢区分と競技種目

10～12歳 小学生(小学4～6年) ソロ、デュエット、チーム

13～15歳 中学生(中学1～3年) ソロ、デュエット、チーム

15～18歳 ジュニア(中学3年～高校生) ソロ、デュエット、チーム

※ 中学3年生は13～15歳(中学生) 区分か15～18歳(ジュニア)

区分を選択できる。ただし、出場する種目はすべて同区分に出場しなければならない。

## 2. 競技プログラム

10～12歳 フリールーティン予選

FINA フィギュアエイジグループ 12 & under

フリールーティン決勝

13～15歳 フリールーティン予選

FINA フィギュアエイジグループ 13-14-15

フリールーティン決勝

15～18歳 テクニカルルーティン (FINA ジュニア規定要素)

フリールーティン

## 3. フリールーティン (10～12歳のみ課題付きとする)

それぞれの年齢区分の制限時間は陸上動作10秒を含み、以下の通りとする。

	ソロ	デュエット	チーム
10～12歳	2分	2分30秒	3分
13～15歳	2分15秒	2分45秒	3分30秒
15～18歳	2分30秒	3分	4分

それぞれの制限時間に増減15秒を認める。



#### 4. テクニカルルーティン (15～18歳のみFINA ジュニア規定要素を行う)

制限時間は陸上動作 10 秒を含み、以下の通りとする。

	ソロ	デュエット	チーム
15～18 歳	2 分	2 分 20 秒	2 分 50 秒

それぞれの制限時間に増減 15 秒を認める。

#### 5. フィギュア

10～12 歳 FINA エイジグループ 12 & under 参照

13～15 歳 FINA エイジグループ 13-14-15 参照

#### 6. フリールーティン課題 (10～12 歳)

##### 一般規定

1. フリールーティンに課題を含むこと。
2. 課題の説明で特に指示がない限り：
  - ・すべてのフィギュアまたはその部分は、別表2、3に説明されている通りに行うこと。
  - ・すべての課題は、高く、よくコントロールされ、かつユニフォームモーションで行われ、各部が明確であること。

##### 警告および減点

1. 次の場合は、警告を行う。
  - ・ソロ、デュエット、またはチームにおいて、1人以上の競技者が各課題の一部を省略/間違った動作/追加した動作を行ったとき。
  - ・デュエット課題6およびチーム課題7にそれぞれ違反があったとき。
2. 次の場合は、フリールーティン得点より1点減ずる。
  - ・課題をリスト順に行わなかったとき。
  - ・ソロ、または、デュエット、チームにおいて、1人以上の競技者が各課題を省略したとき。
  - ・警告が2回以上になったとき。

## ソロ課題

課題1から5は、リストされた順に実施する。

1. フロントバイク姿勢から355ポーズを完了する。
2. スプリット姿勢からウォークアウトフロントを行う。
3. 移動しながらバレレッグを上げる。
4. ブースト&エッグビーターキックを用いた一連の動作  
ブースト：素早い頭からの上昇。水上に身体を最大に出す。身体が最高位に達したとき、両腕を水上に上げる。水中に完全に沈み込み、完了する。  
エッグビーターキックを用いた一連の腕の動作：ブーストの直後に行う。前および／または横に移動しながら、両腕水上の動作を含む一連の腕の動作を行う。
5. スラストを行い、スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。

## デュエット課題

課題1から5は、リストされた順に実施する。

1. フィッシュテイル姿勢から水平の脚を持ち上げ**垂直姿勢**になり、**垂直沈み込み**を行う。
2. スプリット姿勢からウォークアウトフロントを行う。
3. トラベリングバレレッグシークエンス  
**バレレッグを上げる**。水平の脚を胸の方に引き**フラミンゴ姿勢**になる。曲げた膝を伸ばすと同時に垂直の脚の膝を曲げ**フラミンゴ姿勢**になる。最初のバレレッグの脚は左右どちらでもよい。すべて水上姿勢で行う。  
上向き水平姿勢→ベントニー上向き水平姿勢→バレレッグ姿勢→フラミンゴ姿勢→（脚チェンジ）→フラミンゴ姿勢
4. ブースト&エッグビーターキックを用いた一連の動作  
ブースト：素早い頭からの上昇。水上に身体を最大に出す。身体が最高位に達したとき、両腕を水上に上げる。水中に完全に沈み込

み、完了する。

エッグビーターキックを用いた一連の腕の動作：プーストの直後に行う。前および／または横に移動しながら、両腕水上の動作を含む一連の腕の動作を行う。

5. スラストを行い、スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
6. 課題は、2人が同じ方向を向いて同時に行うこと。

## チーム課題

課題1から5は、リストされた順に実施する。

1. ベントニー**垂直姿勢**から、曲げた脚を伸ばし**垂直姿勢**になり、**垂直沈み込み**を行う。
2. スプリット姿勢からウォークアウトフロントを行う。
3. 移動しながら、101バレーレグシングルを行う。
4. プースト&エッグビーターキックを用いた一連の動作  
プースト：素早い頭からの上昇。水上に身体を最大に出す。身体が最高位に達したとき、両腕を水上に上げる。水中に完全に沈み込み、完了する。  
エッグビーターキックを用いた一連の腕の動作：プーストの直後に行う。前および／または横に移動しながら、両腕水上の動作を含む一連の腕の動作を行う。
5. スラストを行い、スラストと同じテンポで**垂直沈み込み**を行う。
6. 泳者全員が関わった1つのアクロバティック動作（ジャンプ・スロー・リフト・スタック・プラットフォームのいずれか）をルーティン中のどこかに含むこと。
7. アクロバティック動作以外の課題は、すべてのチームメンバーが同じ方向を向いて同時に行うこと。

## 競技者資格規則

### (目的)

第1条 公益財団法人日本水泳連盟（以下「本連盟」という。）は、公益財団法人日本体育協会（以下「日本体育協会」という。）、公益財団法人日本オリンピック委員会（以下「日本オリンピック委員会」という。）及び国際水泳連盟が制定した憲章に準拠し水泳競技の健全な普及・発展を図るため、本連盟に登録する選手（以下「競技者」という。）に対する競技者資格規則を定める。

### (スポーツマンシップ)

第2条 スポーツとして水泳を愛し、フェアプレーの精神とマナーを尊び、水泳スポーツの向上と発展に自ら貢献しようとする意志を持つこと。

- 2 善良な市民、健全な社会人としての品性を保ち、市民社会における水泳スポーツの地位の向上に寄与すること。
- 3 競技者が競技会に参加する際は、競技会主催者が規定する参加規約に従うものとする。

### (競技者の定義)

第3条 本規則の競技者とは、競泳・飛込・水球・シクナイズト・スイミング・オープンウォーター・スイミング及び日本泳法の男女の競技者をいう。

### (競技者の資格)

第4条 競技者は本連盟の加盟団体を経由して、本連盟に競技者登録（在日外国人競技者登録も含む。）をすることにより本連盟又は本連盟の加盟団体、日本体育協会、日本オリンピック委員会、国際水泳連盟及び国際オリンピック委員会が主催、公認した競技会に参加することができる。

- 2 競技者は、前項団体が非公認としている競技会に参加しようとする場合は、本連盟の加盟団体を経由して、本連盟の許可を得なければならない。

### (賞金等の受け取り)

第5条 競技者が前条に基づき参加した競技会が賞金や出場報酬（以下「賞金等」という。）付であった場合は、その賞金等を競技者本人が受け取ることができる。

- 2 競技者が受け取りを辞退した場合は、その賞金等は、本連盟に帰属するものとする。

### (競技者の商行為及び届け出義務)

第6条 競技者は、自らの責任において、つぎの商行為を行うことができる。

ただし、商行為を行うに際しては、競技者自身の名譽を傷つけたり、水泳競技の健全な普及・発展を妨げることは厳にっつしまなければならない。

- (1) 水着及びウェア・キャップ・持ち物に本連盟が許可した所属チーム等の名称・マーク、メーカーのロゴマーク以外に本連盟の事前承認を得たスポンサーのロゴマークを

付して競技すること

- (2) 水泳競技の普及、発展を目的とした水泳教室や講習会を主催すること及び同目的で開催される水泳教室や講習会に協力すること
  - (3) 映画、演劇、テレビ・ラジオ放送、雑誌、新聞等の座談会、その他これに準ずる行事に出演又は参加すること
- 2 競技者は、前項の商行為を行うに際し、事前に本連盟に届け出て、承認を得なければならない。

(競技者に禁止される商行為)

第7条 競技者は、自己の肖像等（動画・静止画・イラスト・サイン・氏名・ニックネーム・似顔絵・手形・足形・声等その個人であることが明確にわかるもの）をテレビ・ラジオコマーシャル、ポスター、新聞、雑誌、パンフレット、チラシ等の広告媒体物に使用させることを禁止する。

- 2 ただし、前項にかかわらずつぎの各号に該当するときは自己の肖像等の使用を認める。
  - (1) 本連盟が定めた「肖像等の使用禁止に対する除外認定競技者規程」により、除外認定競技者として認められたとき
  - (2) 日本オリンピック委員会が推進するマーケティングプログラム・肖像権システムに基づき、シンボルアスリート等に認定され競技者が同意したとき
  - (3) 本連盟が競技・強化事業を推進するために、個人及び団体の肖像等を活用するとき
  - (4) 本連盟が推進するマーケティングプログラムにより、個人の肖像等を活用するとき。  
なお、その対価として本連盟に支払われる報酬（都度料）等の配分については、その都度当該競技者と協議し決定する
  - (5) 競技者の所属する企業、団体（旧所属を含む）が肖像等を活用するとき。ただし、旧所属の企業また、団体が肖像等を活用する場合は、競技者本人及び新所属の承諾を要する。小・中・高校生の肖像等の活用は、親権者の承諾を条件とする

(違反競技者に対する処分)

第8条 本連盟に登録された競技者が、つぎの各項に該当すると認められたときは、第9条に基づき理事会の決議により処分を受ける。

- (1) 第2条のスポーツマンシップに違反したとき
- (2) 本連盟及び本連盟の加盟団体、日本体育協会、日本オリンピック委員会が禁止した競技会等（記録会、模範演技会、試泳会その他水泳競技及び演技を含む一切の行事をいう。）に許可を得ずに参加したとき
- (3) 国籍の如何を問わず、本連盟が競技者資格を認めていない者が参加する競技会に、その事実を知って参加したとき
- (4) 本連盟に届け出て承認を得ることなしに、第6条の商行為をしたとき
- (5) 第7条の禁止される商行為をしたとき
- (6) その他本連盟及び本連盟の加盟団体の名誉を著しく傷つけたとき

(処分の内容)

第9条 前条の競技者に対する処分は、その違反の程度に従いつぎのとおりとする。

- (1) 登録の永久停止
- (2) 5年以下の期間を定めた登録停止
- (3) 文書による戒告
- (4) 口頭による注意

(競技者資格審査委員会)

第10条 第8条の処分を行うにあたっては、競技者資格審査委員長は、競技者資格審査委員会を招集し、処分の是非及び処分内容についての判定を行い、理事会に答申しなければならない。

- 2 委員長は理事会への答申に先だち、前項の判定結果を当事者本人に通告しなければならない。
- 3 競技者に第8条の処分を受ける違反の疑いがある場合、競技者資格審査委員会の議決により、理事会が第8条による処分を決定するまでの間、一時的に第4条の競技者資格を停止することができる。
- 4 競技者資格審査委員会についての規程は、別に定める。

(不服審査会)

第11条 前条第2項の通告の後、2週間以内に当事者本人より処分に対する不服の申し立てがあったときは、不服審査委員長は審査会を招集し、その申し立てを審査しなければならない。

- 2 前項の審査会の構成は、つぎのとおりとする。
  - (1) 委員長
  - (2) 委員長が特に指名した者
  - 3 不服審査会には、当事者本人、親権者及び当事者が指名した者2名以内が出席して意見を述べるができる。

(日本スポーツ仲裁機構への不服申し立て)

第12条 前条にかかわらず、日本スポーツ仲裁機構が仲裁する範囲の不服申し立ては、同機構の「スポーツ仲裁規則」に従ってなされる仲裁により解決されるものとする。

(改 廃)

第13条 本規則の改廃は、理事会の決議により行う。

- 附則
- 1 本規則は、公益財団法人日本水泳連盟の設立の登記の日から施行する。
  - 2 本規則は、平成26年(2014年)2月23日より一部改定施行する。
  - 3 本規則は、平成26年(2014年)5月30日より一部改定施行する。
  - 4 本規則は、平成28年(2016年)10月22日より一部改定施行する。

## 肖像等の使用禁止に対する除外認定競技者規程

### (総 則)

第1条 本規程は、公益財団法人日本水泳連盟（以下「本連盟」という。）競技者資格規則第7条第2項第1号の肖像等の使用禁止に対する除外認定競技者（以下「除外認定競技者」という。）について定める。

### (除外認定競技者)

第2条 除外認定競技者は、オリンピック及び世界水泳選手権大会（50m）のメダリストで、本連盟において肖像等の商業的使用が相当と認められる者とする。

### (費用負担義務)

第3条 除外認定競技者は、本連盟が実施する海外派遣及び合宿等に参加する場合は、その実費相当額を負担する義務を負う。

### (本連盟への活動・行事の優先)

第4条 所属企業を含む肖像等の使用契約企業がある場合にも、水泳日本代表選手としての活動・行事に参加する限りにおいては、本連盟スポンサーが全てに優先される。

- 2 除外認定競技者としての肖像等の使用契約に際しては、原則として本連盟スポンサー及び本連盟スポンサーと競合する企業との契約は禁止する。
- 3 国際水泳連盟（FINA GR 規則）の禁止する業種及び公序良俗に反する業種との肖像等の使用契約は禁止する。

### (申請方法)

第5条 除外認定競技者になることを希望する者は、本連盟が定める手続に従い競技者資格審査委員会にその旨を申請する。

- 2 前項の申請に基づき競技者資格審査委員会は速やかに審査を行い、理事会にその結果を報告する。
- 3 前2項の手続きを経た後、理事会において承認された者は、除外認定競技者の資格を得るものとし、本連盟は速やかに申請者に理事会決議の結果を通知する。

### (不服審査会)

第6条 前条第3項の通告の後、2週間以内に当事者本人より決議に対する不服の申し立てがあったときは、不服審査委員長は審査会を招集し、その申し立てを審査しなければならない。

- 2 前項の審査会の構成はつぎのとおりとする。

- (1) 委員長
- (2) 委員長が特に指名した者
- 3 不服審査会には、当事者本人、親権者及び当事者が指名した者2名以内が出席して意

見を述べることができる。

(除外認定競技者の取消)

第7条 除外認定競技者である事由が消滅した場合及び除外認定競技者であることが不適当となったときは、除外認定競技者本人又は本連盟は競技者資格審査委員会を經由し、理事会に対し除外認定競技者の取消申請を行うことができる。

附則 1、本規程は、公益財団法人日本水泳連盟の設立の登記の日から施行する。

2、本規程は、平成 25 年（2013 年）6 月 23 日より一部改定施行する。



# 競泳競技会において着用又は携行することができる水泳用品、 用具のロゴマーク等についての取扱規程

## (目 的)

第1条 本規程は、公益財団法人日本水泳連盟（以下「本連盟」という。）競技者資格規則第6条第1項第1号及び競泳競技規則第15条第3項に規定するロゴマーク（商標・商標名の総称）等の取り扱いに関することを定める。

## (ロゴマーク等の使用基準)

第2条 全ての競技者、監督、コーチ及び役員（以下「競技者等」という。）は、競技会の会場内で着用する水着及びウエアー・持ち物等に付けることができる所属チーム等の名称・マーク、スポンサーのロゴマーク、メーカーのロゴマークについて、つぎのとおり取り扱う。

- (1) 水着及びウエアー・持ち物等には、それぞれ利用の異なる毎に、次の名称・マークを付けることができる。
  - 1) 自分の氏名や所属チームの名称・マーク
  - 2) オリンピック大会や世界選手権大会等の競技会を表す名称・マーク
  - 3) 国旗・国または地域の名称（自国でなくても良い）、都道府県や市町村の名称・マーク
  - 4) 公式競技会及び公認競技会のシンボルマークや本連盟が認めたもの
  - 5) 水着には、30 cm以内の本連盟に事前承認を得たスポンサーロゴマークを1個及びメーカーロゴマークをウエストより上部に1個、下部に1個付けることができる。ただし、これらのメーカーのロゴマークは、相互に隣接して付けてはならない。ツーピースの水着には、上部に1個、下部に1個付けることができる  
前記1)～4)までの所属チーム等の名称・マークの大きさに制限は無いが、水着に付ける所属チーム等の名称・マークは50 cm以内で1個とする
  - 6) ウエアーには、40 cm以内の本連盟に事前承認を得たスポンサーのロゴマーク及びメーカーのロゴマークを1個付けることができる
  - 7) その他持ち物には、20 cm以内の本連盟に事前承認を得たスポンサーのロゴマーク及びメーカーのロゴマークを1個付けることができる
- (2) ロゴマーク面積の計測方法は着用前のものとし、ロゴマークを正方形あるいは長方形とみなし、縦×横で面積を求める。

## (スポンサーロゴマークの取り扱い)

第3条 スポンサーのロゴマークは、競技者等に相応しい商標等とする。  
ただし、タバコ及びビール・ワイン以外のアルコール並びに本連盟のスポンサー・パートナーに登録されている企業は除く。

- (2) スポンサーロゴマークの取扱いは、登録団体に対する商標等とし、個人に対する取扱いはできない。尚、スポンサー企業は、1登録団体につき1社とする。

- (3) 本規程は、競技者等がスポンサーロゴマークを付して競技することを定めたものであり、競技者資格規則第7条に規定された、競技者に禁止される商行為を行ってはならない。

(スポンサーロゴマークの申請方法)

第4条 スポンサーロゴマークを使用する場合は、その3ヶ月前までに表示内容、場所、個数、大きさ等を明記した「スポンサーロゴマークの使用申請書」（別紙様式）を団体登録責任者及び加盟団体長を経由して、本連盟宛に提出し承認を得なければならない。

(スポンサーロゴマークの承認手続)

第5条 承認の手続きは、本連盟で内容を確認した上、申請者への承認通知を送付する。

(規程の改廃)

第6条 本規程の改廃は、評議員会の決議により行う。

- 附則 1 本規程は、公益財団法人日本水泳連盟の設立の登記の日から施行する。  
尚、飛込、水球、シンクロナイズドスイミング、オープンウォータースイミング及び日本泳法の各競技規則についても本規程を準用する。
- 2 本規程は、平成28年2月28日より一部改訂施行する。
- 3 本規程は、平成29年4月1日より一部改訂施行する。

## プロテスト(抗議)

国内競技会においては、次のような手順とする。

1. 競技中に発生した事柄に関する抗議は、発生後30分以内にそのチームの監督または主将が、文書で審判長(レフリー)に提出する。また、競技開始前にわかった事柄については、その競技の開始前に審判長(レフリー)に申し出る。
2. 抗議は、上訴審判団が設置されている競技会においては上訴審判団によって、設置されていない競技会においては、その競技会を主催する本連盟または加盟団体から任命された大会総務によって検討され、裁定される。

## アーティスティックスイミング競技規則 (2018)

---

第1刷 2018年4月1日発行

編者 公益財団法人日本水泳連盟アーティスティックスイミング委員会

発行者 公益財団法人日本水泳連盟

〒150-8050 東京都渋谷区神南 1-1-1 岸記念体育会館内