

## 個人項目

### 1. 手具項目




1.1. 難度 (D)：適用 FIG 2022~2024 青少年個人競賽規則，所有難度規範。

1.2. 藝術 (A)：適用 FIG 2022~2024 青少年個人競賽規則，所有藝術規範。

1.3. 技術 (E)：適用 FIG 2022~2024 青少年個人競賽規則，所有技術規範。

### 2. 徒手項目

#### 2.1. 難度 (D) 要求

| 難度要素   |                          |
|--|--------------------------|
| DB<br>最多 7 個 (計最高)   |                          |
| 特殊需求   |                          |
| <b>身體難度組：</b><br>跳/躍  最少 1 個<br>平衡  最少 1 個<br>旋轉  最少 1 個 | <b>全身波浪：</b><br>W 最少 2 個 |
| <b>組合難度 (FIG)：</b> 最多 1 個 (依序)<br><b>非慣用邊組合難度 (CTGA)：</b> 身體難度可增加非慣用邊 (左或右) 實施，算一個身體難度   |                          |
| <b>動力性轉動—R</b><br>小中：最多 4 個 (依序)<br>小低：最多 3 個 (依序)   |                          |

#### 2.1.1. 身體難度 (DB)-非慣用邊組合難度













2.1.1.1. 身體難度可增加非慣用邊 (左或右) 實施，算一個身體難度。

2.1.1.2. 依據該身體難度分值計算，無連接加分。

如： $(\downarrow P^{\text{L}} + \downarrow P^{\text{R}}) = 0.20 + 0.20 = 0.40$ 。

2.1.1.3. 連接左右邊身體難度，實施過程可有中間步。

● 允許一步中間步：

- 起落同腳之單腳起跳跳躍，自由腿踩步視為一步 (如： + )。
- 雙腳起跳跳躍，落地後，併腿小跳視為一步 (如： + )。
- 交換腿跳類，落地後，自由腿踩步視為一步 (如： + )。
- 單腳支撐平衡，自由腿踩步視為一步 (如： + )。過程中，不得以手支撐 (如： + )。
- 單腳支撐旋轉，自由腿踩步視為一步 (如： + )。

- 允許二步中間步：

- 起落不同腳之單腳起跳跳躍，落地後，後腳（自由腿）踩步視為第一步（如：— + —）。

2.1.1.4. 跳躍（難度表 9，# 12、# 15、# 22、# 26、# 30）、身體其他部位支撐之平衡（難度表 11，# 19~26）、動態平衡（難度表 11，# 27~28）、身體其他部位之旋轉（難度表 13，# 28~33）不得實施左右邊。

2.1.1.5. 實施左右腳立踵平衡，過程中須以立踵變換支撐腳，落踵視為中斷。

2.1.1.6. 連接左右邊身體難度時，若兩個難度皆正確實施，或第一個難度正確實施，但過程中斷，則僅計算第一個難度分值，如： $(\downarrow P^x \wedge \downarrow P^x)$   
 $= 0.20$ 、 $(\downarrow P^x \wedge \cancel{\downarrow P^x}) = 0.20$

2.1.1.7. 連接左右邊身體難度時，若第二個難度成功，但過程中斷，則難度不計，如： $(\cancel{\downarrow P^x} \wedge \downarrow P^x) = 0.00$ 。

2.1.1.8. 實施左右邊身體難度，若某一邊難度認定為較低分值時，亦可承認，但視為 2 個難度 且不得再重複實施於單獨、非慣用邊或組合難度。

- 如：選手實施 $(\downarrow P^x \downarrow P^x)$ ，裁判認定 $(\downarrow P^x \downarrow F^x) = 0.20 + 0.10$ ，且視為 2 個難度。

- 如：選手先實施 $\downarrow F^x$ ，之後實施 $(\downarrow P^x \downarrow P^x)$ ，  
裁判認定 $(\downarrow P^x \cancel{\downarrow F^x}) = 0.20 + 0.00$ ，因重複動作。

- 如：選手實施 $(\cancel{\downarrow P^x} \downarrow P^x) = 0.20 + 0.20$ （取分值低的），在符號表上屬相同難度，算 1 個難度。

2.1.1.9. 最多一個立踵或平足慢轉。

## 2.1.2. 動力性轉動（R）

2.1.2.1. 每一串最少 2 個轉動，最多 4 個轉動，每一個轉動為 360 度，未滿 2 圈不計分；3 個以上相同、不中斷的近似技巧動作，繞著額狀軸或矢狀軸轉動、幻象（任一方向）的一串 R，即 13 類近似技巧動作，可加系列 0.20 分。

## 2.1.3. 全身波浪（W）

2.1.3.1. 基本分值：0.20 分。

2.1.3.2. 難度表 11（# 28）、表 13（# 4）之全身波浪，亦可視為 W。惟計分時，若含在最高 7 個 DB 中，採計 DB 分值，則 W 分無效；反之，若未含在最高 7 個 DB 中，不計 DB 分值，W 分有效。


2.1.3.3. 不得重複相同的波浪。

- 以下視為不同：A. 向前、向側、向後；B. 起始和 / 或結束位置（站姿、低姿）；C. 俯臥、仰臥、站姿。
- 以下視為相同：A. 單腳、雙腳；B. 左邊、右邊側波浪。

## 2.2. 難度裁判

2.2.1. 徒手項目僅需DB1、DB2 兩名裁判。

2.2.2. 扣分表

| 難度        | 最少 / 最多        | 扣分 0.30   |
|-----------|----------------|---|
| 身體難度 (DB) | 最少3 個          | 少於3 個身體難度<br>每一身體動作組少於1 個 (  ) : 每少一個難度。 |
| 慢轉平衡      | 最多1 個<br>立踵或平足 | 多於1 個慢轉平衡。  |
| 全身波浪 (W)  | 最少2 個          | 每少一個W。  |

3. 其他未詳述之規則，以 FIG 2022 ~ 2024 青少年個人競賽規則為依據。




## 團隊項目

### 1. 手具項目

- 1.1. 難度 (D) : 適用 FIG 2022~2024 青少年團隊競賽規則，所有難度規範。
- 1.2. 藝術 (A) : 適用 FIG 2022~2024 青少年團隊競賽規則，所有藝術規範。
- 1.3. 技術 (E) : 適用 FIG 2022~2024 青少年團隊競賽規則，所有技術規範。

### 2. 徒手項目

#### 2.1. 難度 (D) 要求

| 難度要素   |                   |
|--|-------------------|
| 身體難度 (DB)<br>最多 8 個 (依序)   |                   |
| 特殊需求   |                   |
| 身體難度組：<br>跳/躍  最少 1 個<br>平衡  最少 1 個<br>旋轉  最少 1 個 | 全身波浪：<br>W 最少 2 個 |
| 動力性轉動--R<br>最多 1 個 (依序)  |                   |
| 協作難度 (DC)<br>最少 6 個，最多 15 個 (依序)   |                   |

#### 2.1.1. 身體難度 (DB)

2.1.1.1. 適用本會自訂辦法個人競賽徒手項目，所有身體難度規範。

#### 2.1.2. 動力性轉動 (R)

2.1.2.1. 適用本會自訂辦法個人競賽徒手項目，所有動力性轉動規範。

#### 2.1.3. 全身波浪 (W)

2.1.3.1. 適用本會自訂辦法個人競賽徒手項目，所有全身波浪規範。


#### 2.1.4. 協作難度 (DC) : 所有 5 名選手接觸與否，一同完成協作。

2.1.4.1. CC : 一名選手依序實施相同的動作最少 3 次，或數名選手依序實施相同的動作，總數最少 3 次。

- 可一起或分小組。
- 基本分值 0.30 分。
- 不得實施近似技巧動作。

2.1.4.2. CR : 一或多名選手，實施動力性轉動。


- 須實施相同的轉動。
- 基本分值 0.10 分。
- 每一組近似技巧動作只能在 CR 中做一次，重複無效。

| 符號  | 一般的加分標準：+ 0.10，每 CR 一次  |
|---|---|
| CR2 或CR3  | 每多一名選手實施主要動作。   |
|  | <p>越過、經過或穿過1 或多名選手，一次</p> <p><u>越過障礙</u>：</p> <p>當障礙為選手：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 越過至少 2 名選手的身體肢段。</li> <li>● 越過至少 1 名選手的中心（如站姿、跪姿、臥姿）。</li> </ul> <p><u>經過障礙</u>：</p> <p>當障礙為選手：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 經過至少 2 名選手的身體肢段。</li> <li>● 被抬起的選手。</li> <li>● 騰空的選手。</li> </ul> <p><u>穿過</u>：選手</p> |

| 符號                 | 僅限CR 的加分標準（主要轉動者）                                     |
|--------------------|---|
| 一串 +0.20<br>不論選手人數 | 2 個以上相同、不中斷的近似技巧動作，繞著額狀軸或矢狀軸轉動、幻象（任一方向），即 13 類近似技巧動作。 |

## 2.2. 難度裁判

### 2.2.1. 第一小組（DB）扣分表

| 難度                 | 最少               | 扣分 0.30   |
|--------------------|------------------|---|
| 整套依序的<br>身體難度 (DB) | 最少3 個            | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 少於3 個DB。</li> <li>● 每一身體動作組少於1 個 ( )：每少一個難度扣分</li> <li>● 每一身體動作組的難度，未同時或快速依序（非小組），由 5 名選手實施。</li> </ul> |
| 全身波浪 (W)           | 最少2 個            | 每少1 個W。   |
| 慢轉平衡               | 最多1 個立踵或<br>平足慢轉 | 超過1 個平衡慢轉。  |

### 2.2.2. 第二小組（DA）扣分表

| 難度 | 最少 / 最多 | 扣分 0.30  |
|----|---------|----------|
| CC | 最少 3 個  | 每少一個 CC。 |
| CR | 最少 3 個  | 每少一個 CR。 |

## 3. 其他未詳述之規則，以 FIG 2022 ~ 2024 青少年團隊競賽規則為依據。