

2026年度 ルールブック改訂

対象	改訂箇所	2025年度	2026年度
中学校/高等学校	10.審査項目(2)部門定義、規定 5) SONG/POM 【部門規定】	a)演技の中でボンポンを90%以上使用しない場合、結果より2点減点される。 b)16カウント以上連続で隣とつながった状態でラインダンスを行うこと。また、手のポジションは変えてはならない。 不履行の場合、結果より2点減点される。 c)そのうちラインを組んで全員同時にストレートキックを4回連続入れること。不履行の場合、結果より2点減点される。 ※キックとキックの間にパッセ等を挟むと連続とは見做されないで注意すること。 d)キックの方向は問わない。フォーメーションは一列が好ましいが、これに限らない。	a)演技の中でボンポンを90%以上使用しない場合、結果より2点減点される。 b)ラインを組んで全員同時にストレートキックを4回連続入れること。不履行の場合、結果より2点減点される。 ※キックとキックの間にパッセ等を挟むと連続とは見做されないで注意すること。 c)キックの方向は問わない。フォーメーションは一列が好ましいが、これに限らない。
中学校/高等学校	8.セーフティガイドライン (1)全部門共通事項 【身だしなみ・楽曲】	e)スカート・ブリーフ・ショートパンツ等丈の短い衣装の場合は必ずタイツを着用すること。 ※CHEER部門を除く	e)全ての衣装は安全かつクリーンで過度な露出は控えること。 スカート・ブリーフ・ショートパンツ等丈の短い衣装の場合は必ずタイツを着用すること。 ※CHEER部門を除く
中学校	8.セーフティガイドライン (2)CHEER部門以外の団体部門	a)両者が床から離れずに体重をかける、かけ合う技は実施可。 b)下図のペアで行う技のみ実施可。ただし、逆さの姿勢で静止・通過してはならない。 c)トップの選手の両足が床から離れる場合、他者に体重がかかる手・トップを支える手には、乗り込みから着地まで何も持たない状態で行うこと。	a)両者が床から離れずに体重をかける、かけ合う技は実施可。 b)下図のペアで行う技のみ実施可。ただし、逆さの姿勢で静止・通過してはならない。また、連続で行うことは不可。技と技の間に1カウント以上他者と接触せずに着地した状態をつくること。 c)トップの選手の両足が床から離れる場合、他者に体重がかかる手・トップを支える手には、乗り込みから着地まで何も持たない状態で行うこと。
高等学校	8.セーフティガイドライン (2)CHEER部門以外の団体部門	⑤ベースの選手は乗り込みから着地までトップの選手に触れていること。 ※但しトップの選手の腰がベースの選手の肩を超えない高さからであれば飛び乗ること、プッシュオフ、ジャンプ、リープなどで着地することは可。	⑤ベースの選手は乗り込みから着地までトップの選手に触れていること。 ※但しベースの選手が馬飛び姿勢以下の高さからであれば飛び乗ること、プッシュオフ、ジャンプ、リープなどで着地することは可。