

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 最多 7 個 (計最高)	
特殊需求	
身體難度組： 跳/躍  最少 1 個 平衡  最少 1 個 旋轉  最少 1 個	全身波浪： W 最少 2 個
組合難度 (FIG)： 最多 1 個 (依序) 非慣用邊組合難度 (CTGA)： 身體難度可增加非慣用邊 (左或右) 實施，算一個身體難度	
動力性轉動—R 小中：最多 4 個 (依序) 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： $(\downarrow \overline{P}^{\times} + \downarrow \overline{P}^{\times}) = 0.20 + 0.20 = 0.40$ 。

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（ $\downarrow P^x \downarrow F^x$ ）= 0.20+0.00，因重複動作。
 - 如：選手實施（ $\downarrow P^x \downarrow P^x$ ）= 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 每一身體動作組少於1 個 ( T ) : 每少一個難度。
慢轉平衡	最多1 個 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) 最多 8 個 (依序)		協力難度 (DC) 最少 6 個，最多 15 個 (依序)
特殊需求		
身體難度組： 跳/躍  最少 1 個 平衡  最少 1 個 旋轉  最少 1 個	全身波浪： W 最少 2 個	
動力性轉動--R 最多 1 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。
	越過、經過或穿過1 或多名選手，一次 <u>越過障礙</u>： 當障礙為選手： ● 越過至少 2 名選手的身體肢段。 ● 越過至少 1 名選手的中心（如站姿、跪姿、臥姿）。 <u>經過障礙</u>： 當障礙為選手： ● 經過至少 2 名選手的身體肢段。 ● 被抬起的選手。 ● 騰空的選手。 <u>穿過</u>：選手

符號	僅限CR 的加分標準（主要轉動者）
一串 +0.20 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 身體難度（DB）	最少3 個	● 少於3 個DB。 ● 每一身體動作組少於1 個（）：每少一個難度扣分 ● 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。
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 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。