

## 【フライト種目】ユース部門 2022課題ルーティン構成表（各ブロック右・左交互に実施）

※手先や顔の向き、アームスの戻し位置(ex.胸の前クロス、腰やもも横)等に決まりはありません。

4カウント

### Aブロック 全部門共通

ステップタッチ	ステップタッチ	グレイプバイン	グレイプバイン
(2C目に横向き)	(6C目に正面)	(往復)	

ツーステップ/ホップ	マーチ/スライド	スライド/バックマンボ	Vステップ
(前進)	(後進)	(後進)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

### Bブロック

ニーリフト	ニーリフト	オープンマンボ	オープンマンボ/ポーズ
(その場)	(その場)	(その場)	(7.8ポーズ)

バックリフト/スライド	マンボ/パッセ	ランジ	バックランジ
(1C目に揃え,2C目斜め後ろへ弾む)	(8C目にパッセ)	(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

### Cブロック

マンボ前後	サイドホップ/カリオカ	ケンケン	ジョギング
(その場)	(横移動)	(円周移動)	

フロントスキップ	ダブルサイドスキップ	ジャンピングジャック	ポーズ
(斜め)	(その場)	(その場)	(5.6ポーズ、7.8揃える)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

## 【フライト種目】シニア・マスターズ部門 2022課題ルーティン構成表 (各ブロック右・左交互に実施)

※手先や顔の向き、アームスの戻し位置(ex.胸の前クロス、腰やもも横)等に決まりはありません。

4カウント

### Aブロック 全部門共通

ステップタッチ	ステップタッチ	グレイプバイン	グレイプバイン
(2C目に横向き)	(6C目に正面)	(往復)	

ツーステップ/ホップ	マーチ/スライド	スライド/バックマンボ	Vステップ
(前進)	(後進)	(後進)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

### Bブロック

ニーリフト	ニーリフト	オープンマンボ	オープンマンボ/ポーズ
(その場)	(その場)	(その場)	(7.8ポーズ)

バックリフト/スライド	マンボ/パッセ	ランジジャック	バックランジ
(1C目に揃え2C目斜め後ろへ弾む)	(8C目にパッセ)	(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

### Cブロック

マンボ前後ろ	サイドホップ/カリオカ	ケンケン	ジョギング
(その場)	(横移動)	(円周移動)	

フロントスキップ	ダブルサイドスキップ	ジャンピングジャック	ジャンピングジャック
(斜め)	(その場)	(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

## 【フライト種目】グランドマスターズ部門 2022課題ルーティン構成表 (各ブロック右・左交互に実施)

※グランドマスターズ部門においては過度に弾む必要はありません

4カウント

※手先や顔の向き、アームスの戻し位置(ex.胸の前クロス、腰やもも横)等に決まりはありません。

### Aブロック 全部門共通

ステップタッチ	ステップタッチ	グレイブバイン	グレイブバイン
(2C目に横向き)	(6C目に正面)	(往復)	

ツーステップ/ホップ	マーチ/スライド	スライド/バックマンボ	Vステップ
(前進)	(後進)	(後進)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

### Bブロック

ニーリフト	ニーリフト	オープンマンボ	オープンマンボ/ポーズ
(その場)	(その場)	(その場)	(7.8ポーズ)

バックリフト/スライド	マンボ/パッセ	バックランジ	バックランジ
(1C目に揃え2C目斜め後ろへ弾む)	(8C目にパッセ)	(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

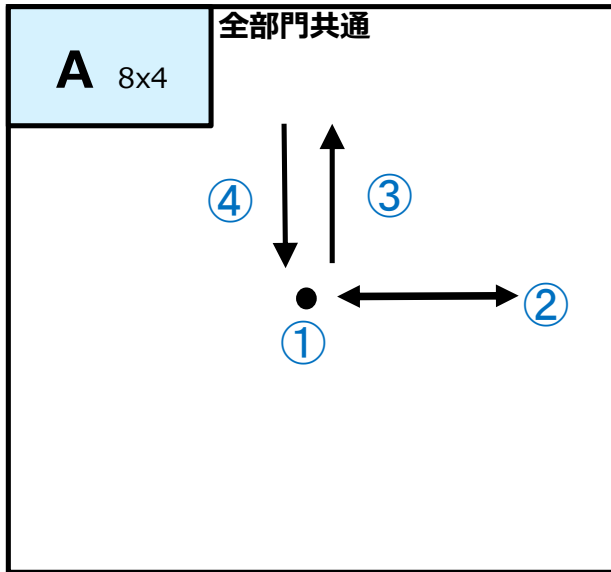
### Cブロック

マンボ前後ろ	シャッセ	ポニーステップ	ポニーステップ
(その場)	(横移動8C目にカール)	(円周移動)	

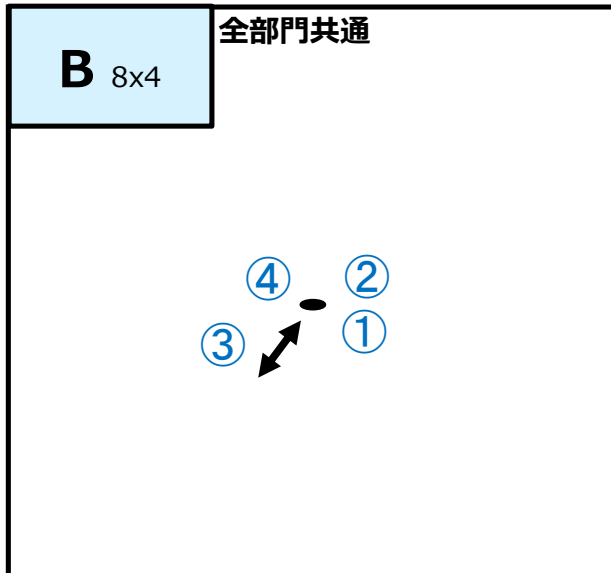
マーチ	ヒールタッチ	オープン	クローズ
(前進)	(その場)	(その場)	(その場)

※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

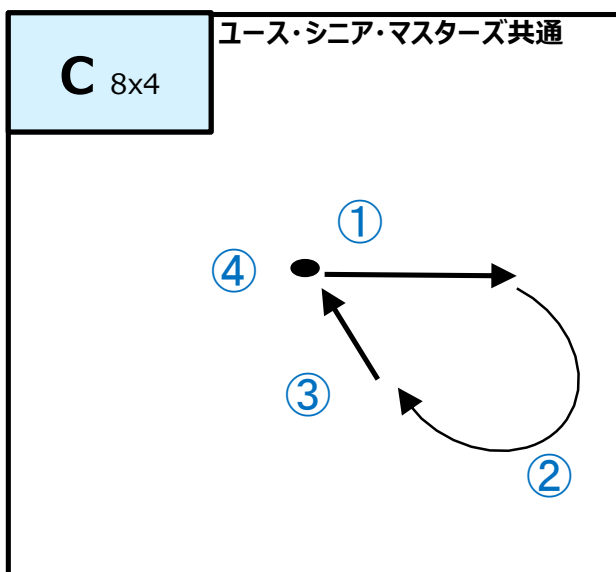
ユース・シニア・マスターズ部門 2022課題ルーティンの移動図（右側リード分のみ）



- がスタート位置
- ①最初の8カウント（その場）
- ②2つめの8カウント（横往復）
- ③3つめの8カウント（2C前進・4Cその場・2C後進）
- ④4つめの8カウント（4C後進・4Cその場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

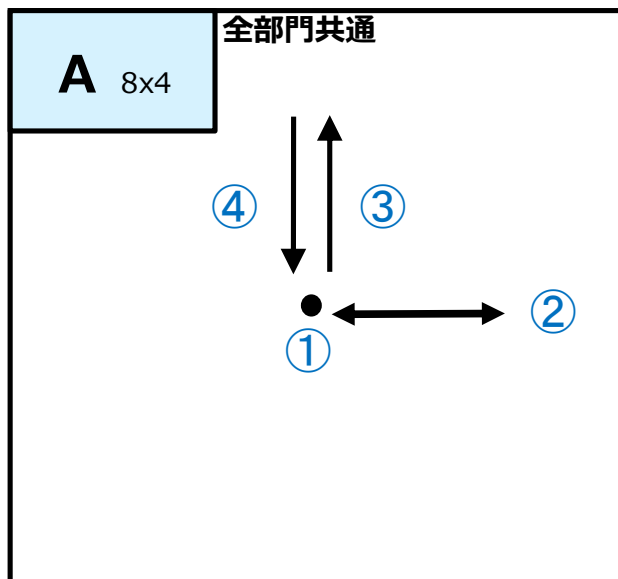


- がスタート位置
- ①最初の8カウント（その場）
- ②2つめの8カウント（その場）
- ③3つめの8カウント（斜め往復、8C目正面）
- ④4つめの8カウント（その場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

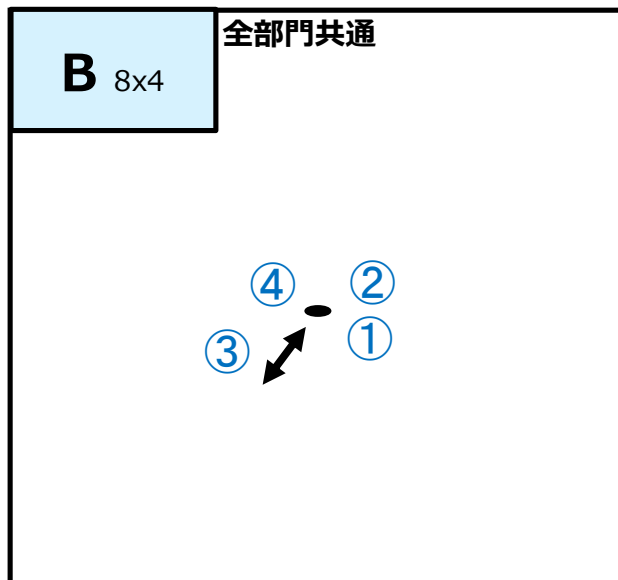


- がスタート位置
- ①最初の8カウント（4Cその場・4C横移動）
- ②2つめの8カウント（円周移動）
- ③3つめの8カウント（4C斜め移動・4Cその場）
- ④4つめの8カウント（その場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

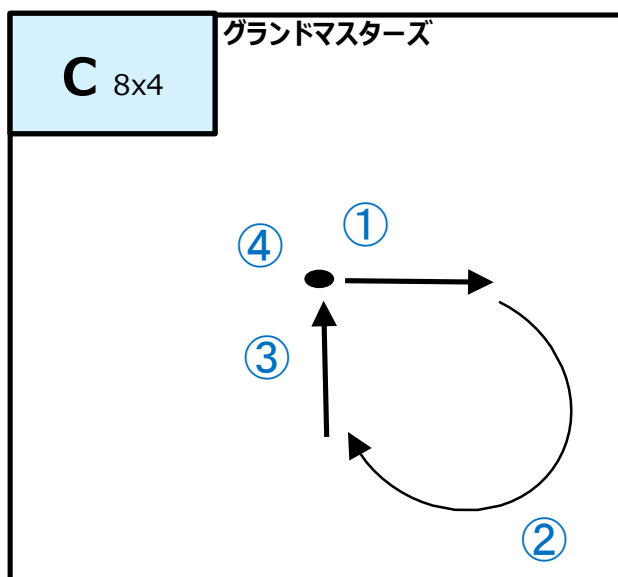
グランドマスターズ部門 2022課題ルーティンの移動図（右側リード分のみ）



- がスタート位置
- ①最初の8カウント（その場）
- ②2つめの8カウント（横往復）
- ③3つめの8カウント（2 C前進・4 Cその場・2 C後進）
- ④4つめの8カウント（4 C後進・4 Cその場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る



- がスタート位置
- ①最初の8カウント（その場）
- ②2つめの8カウント（その場）
- ③3つめの8カウント（斜め往復、8 C目正面）
- ④4つめの8カウント（その場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る



- がスタート位置
- ①最初の8カウント（4 Cその場・4 C横移動）
- ②2つめの8カウント（円周移動）
- ③3つめの8カウント（4 C前進・4 Cその場）
- ④4つめの8カウント（その場）
- ※右側リード、左側リード後スタート位置に戻る

## 【2022表現パート】

### ◆シニア/マスターズ部門共通

Cブロックにおけるジャンピングジャック4回（8カウント）のアームスを自由に創作

※必ず正面向きで実施

### ◆グランドマスターズ部門

Cブロックにおけるオープン（4カウント）・クローズ（4カウント）のアームスを自由に創作

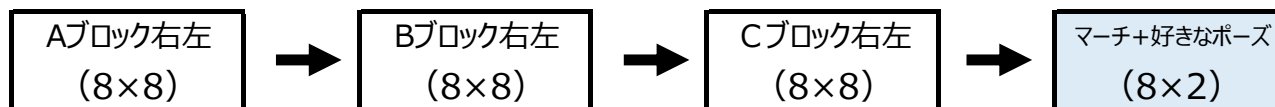
※必ず正面向きで実施

## 【2022繋ぎのステップ】

各SAリーダーが、マーチ・ステップタッチ・ランジアップ等を用いてシンプルな内容で実施

## 【フライト種目】 リモート・フライト・コンテスト 2022課題ルーティン (約1分30秒)

### ◆全部門共通



- \* シニア・マスターズとグランドマスターズ Cブロックにおけるジャンピングジャックとオープン・クローズは表現パートとしてアームを自由に創作
- \* 使用音楽は、リモートコンテスト用をJAFウェブサイトよりダウンロード  
(ユース/シニア/マスターズ = BPM145 グランドマスターズ = BPM140を推奨)

## 【フライト種目/新企画】 リモート・フライト・チーム・コンテスト (シニア4部門のみ)

- \* シニア4部門を対象に年齢構成は自由です 1チーム2名～5名程度 (シニアA/B/マスターズ/グランドマスターズ)
- \* 2022課題ルーティンABCブロックを活用し一致性やフォーメーションなどチームならではの表現で競います
- \* 使用音楽は、リモートコンテスト用と同じ (BPMは、140・145どちらでも可)