

2026年度 JAF 主催競技会における フライト種目の実施に関するご案内

◆ユース：小学校3年生以下/小学校4～6年生/中学生部門は、1ステージ制(前半・後半)

◆シニア：Over16/Over30/Over50/Over60/Over65部門は、2ステージ制(1stステージと2ndステージ)

※今回のご案内では、**ユースの1ステージ**及び**シニアの2ndステージ**の実施方法をお知らせ致します。

※課題ルーティンの詳細は、JAFウェブサイト公開中の「SA2026 フライト種目ルーティン動画」をご覧ください。

◆ユース：1ステージ（約30分間）	
【1セット】：課題ルーティンABC（右・左）と 繋ぎ動作（マーチやステップタッチなど簡単な動きの組み合わせ）	
約15分間	繋ぎ動作の練習 課題ルーティンABC+繋ぎ動作【3セット】実施
給水タイム 2～3分間	
約15分間	課題ルーティンABC+繋ぎ動作【3セット】実施 ※ラスト1回は、JAFオリジナル楽曲 Starry☆Skyを使用
◆シニア：2ndステージ（約20分間）	
【1セット】：課題ルーティンABC（右・左）と繋ぎ動作（マーチやステップタッチなど簡単な動きの組み合わせ） ※2ndステージでは、基本給水タイムはとりませんが、選手は体調管理を優先し飲水は自由です。	
約10分間	繋ぎ動作の練習 課題ルーティンA+繋ぎ動作 課題ルーティンB+繋ぎ動作 課題ルーティンC+繋ぎ動作 課題ルーティンABC+繋ぎ動作【1セット】実施
約10分間	課題ルーティンABC+繋ぎ動作【3セット】実施 ※ラスト1回は、JAFオリジナル楽曲 Starry☆Skyを使用

◆JAFオリジナル曲を含め、フライトリーダー選曲の楽曲で競技します。

※参加人数により部門内の組数が決まりますので、部門ごとBPMは次の通りです。

※ユース1stステージおよびシニア2ndステージの最大BPM

（ユース：小学校3年生以下/小学校4～6年生/中学生部門＝145BPM）

（シニア：Over16/30/50＝145BPM シニア：Over60/65＝143BPM

ただし、その他の部門と混合で競技する場合は、143BPMまで）