

## AG 種目 プレユース 男・女シングル部門「モデル演技」の追加について

2026 年 4 月  
JAF 選手強化委員会

2025 年度よりプレユース（旧ユース J）の男・女シングル部門は、規定演技から自由演技に変更になりました。これに伴い、演技構成等の困難さを緩和し、練習機会を増やすことをねらいとした「モデル演技①」「モデル演技②」を公開しておりました。今回、男子選手がパフォーマーを務めた「モデル演技③」を作成いたしました。採点規則に対応した演技構成になっていますので、競技会はもちろん、日頃の練習でもぜひご活用ください。

- ・ 選手の特性や上達度に応じて、振り付けの内容やエレメントを変更して使用することができます。
- ・ 音楽は、Web ページから自由にダウンロードすることができますのでご活用ください。また、音楽の速さの変更や別の音楽の使用についても問題ありません。
- ・ 新たな採点規則に対応した演技構成となっています。
- ・ 移動は、動画の画面右上の移動を参考にしてください。（1 マスが 1m×1m）  
なお、選手のレベルや体格・身体特性に合わせて変更いただくことも可能です。

### ◆エレメントを変更する際の注意◆

必修エレメント（下記）以外の 3 個のエレメントは、難度点 0.1 から 0.4 までのエレメントから選択して変更することができます。ただし、選択できるエレメントについては制限がありますので、詳細は必ず採点規則をご確認ください。 [→採点規則リンク](#)

#### 【必修エレメント】

- ・ A101 プッシュ・アップ （ファミリー1）
- ・ A212 ストラドル・サポート （ファミリー2）
- ・ B403 1/1 エアー・ターン （ファミリー4）
- ・ C702 1/1 ターン - アン・デダン （ファミリー7）

プレユース モデル演技③  
構成図

イントロ	AMP①	AMP②	フリー・フォール・ エアークリーン
------	------	------	----------------------

移行動作	ヘリコプター	移行動作/ タックジャンプ	AMP③ (ブロック)
------	--------	------------------	-------------

1234 / 5678

AMP④ (ブロック)	AMP⑤ (ブロック)	AMP⑥ (ブロック)	1/1 エアー・ターン
-------------	-------------	-------------	-------------

ジャンプ	AMP⑦	AMP⑧	移行動作
------	------	------	------

プッシュ・アップ/ 移行動作	ストラドル・サポート	移行動作	側転
-------------------	------------	------	----

1234 / 5678

1/1 ターン・アン・デダン	AMP⑨	移行動作	ポーズ
----------------	------	------	-----

※4 カウント

※2 カウント