**全国青少年蹦床比赛规则**

（2020年版）

为进一步促进我国蹦床运动的发展，根据世界蹦床运动发展趋势，全国青少年蹦床比赛参照执行2017-2020年国际体操联合会蹦床评分规则关于青少年比赛的规定及最新版的蹦床年龄组比赛规则。结合我国蹦床运动发展现状，先制定全国青少年蹦床比赛特定规则如下：

蹦床项目11-12岁组：预赛只比一套动作，计算2个动作的难度值，在比赛卡（难度表）上标注出这2个动作的难度值。决赛执行国际体操联合会蹦床年龄组比赛规则。预赛、决赛都计算高度分。

**国际体操联合会蹦床项目年龄组比赛规则**

（2017-2020年版）

此规则从2017年1月1日起生效，适用于和大洲锦标赛一起举行的年龄组比赛。

1、比赛的举办

1.1国际体操联合会世界年龄组比赛必须和世锦赛在同年举行。

1.2国际体操联合会世界年龄组比赛将作为一个单独的比赛举行，**不能**与其他任何比赛一起举行。

1.3申办世锦赛的协会也可申办国际体操联合会世界年龄组比赛。

2、报名参赛的条件

2.1只接受国际体操联合会会员协会的报名。其他报名必须被退还给报名者。

2.2每个协会至多可以派80名运动员参赛。每个协会在每个年龄组别的每个比赛项目中至多可以报名参赛4名运动员（2对同步）（参见第4款和第5款）。

2.3参加了某个项目当年世锦赛比赛的运动员**不能**参加同年举行的世界年龄组比赛中该项目的比赛。

3、报名参赛

参见技术规程。

4、年龄组别

4.1比赛当年年龄为11-12岁

4.2比赛当年年龄为13-14岁

4.3比赛当年年龄为15-16岁

4.4比赛当年年龄为17-21岁

5、比赛项目

包括蹦床个人、小蹦床、单跳和蹦床同步比赛：

5.1男运动员11-12岁

5.2女运动员11-12岁

5.3男运动员13-14岁

5.4女运动员13-14岁

5.5男运动员15-16岁

5.6女运动员15-16岁

5.7男运动员17-21岁

5.8女运动员17-21岁

6、比赛规则

使用国际体操联合会蹦床评分规则，但做以下调整：

6.1预赛出场顺序由抽签决定。

6.2蹦床预赛包含1套规定动作（含自选动作和满足特定要求的动作），以及1套自选动作（含难度分）。蹦床技委会应在下一次世界年龄组比赛开始前至少一年公布特定要求（参见国际评分规则5.1.2款）。

6.3单跳使用国际评分规则中第5.1，5.2，5.3和5.4款，但是决赛只比一套动作。

6.4在计算所有项目的难度时，参见国际体操联合会评分规则的第18.1款。对于不同比赛项目的不同年龄组别，对于单个动作的难度值做出以下限制：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 蹦床 | 11-12岁组:  1.5分 | 13-14岁组:  1.7分 | 15-16岁组:  1.8分 | 17-21岁组：  1.8分 |
| 小蹦床 | 11-12岁组:  2.7分 | 13-14岁组:  3.5分 | 15-16岁组:  4.3分 | 17-21岁组：  4.3分 |
| 单跳 | 11-12岁组:  3.6分 | 13-14岁组:  4.4分 | 15-16岁组:  4.6分 | 17-21岁组：  4.6分 |

\*11-12岁年龄组，禁止做三周空翻。

\*对于所有年龄组，禁止做四周空翻。

违反上述规定的运动员将被取消参赛资格。

6.5运动员只能参加其年龄所属年龄组的比赛，但6.5.1款的情况例外：

6.5.1在同步比赛中，根据年龄大的运动员的年龄决定这对运动员在哪个年龄组比赛，必须取年龄大的年龄组别报名。

6.6预赛**前8名**运动员进入决赛。

2016年3月于洛桑 国际体操联合会官员签名：

主席布鲁诺·格兰迪，秘书长安德列·盖斯布勒，蹦床技委会主席郝斯特·昆兹

**世界蹦床年龄组比赛规则修订（2019-2020年）**

蹦床网上个人第一套规定动作特定要求：

---11-12岁组：

一套动作包含10个不同动作，只能有两个动作空翻幅度小于270度。要求满足下面三个条件，且不能在一个动作中合并完成，满足条件的动作在比赛卡上用※标出：

1.一个腹弹；

2.一个背弹；

3.一个单周空翻加至少360度的转体。

---13-14岁组：

一套动作包含10个不同动作，只能有一个动作空翻幅度小于270度。要求满足下面四个条件，且不能在一个动作中合并完成，满足条件的动作在比赛卡上用※标出：

1.一个腹弹或背弹；

2.腹弹或背弹后有一个连接动作；

3.一个两周空翻；

4. 一个540度以上的转体。

---15-16岁组：

一套动作包含10个不同动作，只允许有一个动作空翻幅度小于270度。要求满足下面四个条件，且不能在一个动作中合并完成，满足条件的动作在比赛卡上用※标出：

1.一个腹弹或背弹；

2.腹弹或背弹后有一个连接动作；

3.一个两周空翻；

4. 一个540度以上的转体。

---17-21岁组：

1. 一套动作包含10个不同动作，所有动作空翻幅度必须大于等于270度。

2.两个动作标记※计算难度，难度+完成+高度+位移=总分。

3.计算难度的动作不能在预赛第二套中重复出现，否则不计算难度。

2018年7月于洛桑