

アラベスク系技術 解説表

2019年度 全日本一輪車競技大会演技部門ルール改正に伴い、アラベスク系技術の重複やシーン数に制限を設けましたので、以下に主なアラベスク系技術について記載いたします。※詳細なルールに関しては必ず別紙「ルール改正について」をご参照ください

ダイヤ

※上半身を倒し、手でつま先をつかみ、頭・腰・ヒザ・つま先の四点でダイヤ形を取るポーズ



ビールマン (両手持ち)

上半身を起こした状態でつま先を両手又は片手でつかみ足が頭の上まで上げるポーズ



※1) 同じ形のため、別シーンでは使用できません

I字

上げている足と反対の手で掴み、腰・足・背中が真っ直ぐに伸びているポーズ



Y字 (手支え有)

横に上げている足(どの高さでも)を手でつかむポーズ



Y字 (手支えなしキープ)

足を横に挙げた状態(どの角度でも)で手を支えることなくキープするポーズ



※2) 同じ形のため、別シーンでは使用できません

タワー

後ろに上げている足の膝～足首の間をつかみ、足を高く上げるポーズ



※3) 同じ形のため、別シーンでは使用できません

アラベスク (補助ハンドなし)

フォークに立った状態で上半身を倒し、片足を真後ろに伸ばすポーズ



※1)・・・同じシーン内で「両手持ちビールマン」から続けて「クロスクラブビールマン」へ移行する(逆も可)事はできるが、一度別のポーズをしてから再度同じポーズは使用できない

※2)・・・同じシーン内で「Y字(手持ち)」から続けて「Y字(手放しキープ)」へ移行する(逆も可)事はできるが、一度別のポーズをしてから再度同じポーズは使用できない

※3)・・・同じシーン内で「タワー(手持ちアラベスク)」から続けて「アラベスク(支えなし)」へ移行する(逆も可)事はできるが、一度別のポーズをしてから再度同じポーズは使用できない