



洛桑（瑞士），2022年12月4日

FIG各协会成员：

FIG健美操技委会请您注意以下相关信息：

< 通知 >

技委会经过分析，发现在新周期评分规则的指导下，健美操项目给人的印象越来越好了。通过健美操操化组合，我们可以更清晰地看到健美操这个项目的运动特质，在地板上翻滚的动作比以前少了，取而代之的是通过正确的弹动技术展示的操化动作。同时，音乐也更加清晰可辨了（但仍有些音乐过度使用多余的基础节律、音效，声音比原始音乐、旋律还要大），希望这些改变能够让健美操项目吸引到更多观众。此外，技术动作的完成质量也得到显著提升。技委会对广大健美操运动员、教练员为提升项目形象、水平所付出的卓越贡献表示感谢！

< 评分 >

技委会发现裁判员们已经吸收、消化新周期评分规则了，但我们仍然担心部分裁判员不能用更大的分差将不同质量的成套动作区分开，或者不能运用新评分规则来评判完成和艺术。对于艺术分，请大家参照评分规则第31页中的评分范围。

< STS学习平台 >

STS学习平台为所有持证裁判员开放。技委会正持续更新学习内容，因此，建议大家一定要充分学习平台中的内容。

网址：<https://stsstudy.com/>

账号： FIG 裁判员 ID 号码

密码： 在线考试密码

项目： 健美操

FIG现在为各国裁判员、教练员、运动员、爱好者、媒体，以及所有感兴趣的人提高用于丰富评分知识、了解评分流程的STS会员。请通过FIG官方媒体了解更多关于会员的细节。

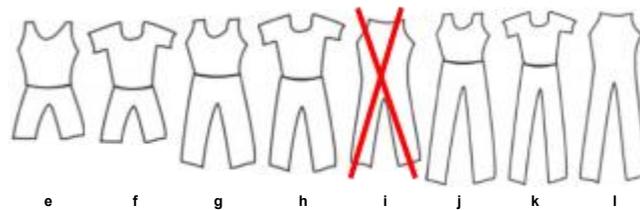
< 评分规则修订 >

请在2022-2024周期评分规则（2022年6月14日版本）中做如下修订：

正确着装 (着装要求): 第19页 ~~删除~~

< 男子服装 >

男装样例 删除 "i"



第五章 (评分) 难度裁判: 5.2.B 标准: 第29页 **修订**

< 难度/技巧动作连接评分 >

项目	评分	举例 (D=难度, A=技巧)
混双/三人/五人	+0.1	D+D / A+D / D+A
	获得难度分值、计算难度数量，但不获得连接加分； 给予难度减分	D+A+D / A+D+A /
		A+D+D / D+D+A /
		D+D+D

混双/三人/五人：不允许有3个技术动作的连接。

如果连接了，没有连接加分并且要进行难度减分：-0.5分（5.2.D.难度减分列表中也已列出）。



附录4 难度动作描述：第80页 删除

< A组: 类别 2 >

直角支撑、分腿支撑的根命名都是“支撑”。

这部分动作是相同的根命名。因此，如果成套中既有直角支撑 (A202 – A206)又有分腿支撑 (A212 – A237)，视为根命名重复，予以难度裁判减分。

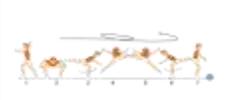
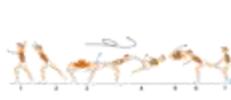
类别 2	静力性支撑	根命名: 直角支撑
类别 2	静力性支撑	根命名: 分腿支撑

附录4 难度动作描述：第89页 修订

< B组: 类别 4; 旋子 >

B435, B437, B439: 第一行

1. 在单脚离开地面前，躯干要完成半周拧身预转。

No.	Value	BUTTERFLY		
B 435	0.5	1.在单脚离开地面前， 躯干要完成半周拧身预转 。 2.身体前俯，摆动腿直腿向异侧上方踢腿同时带动身体腾空。 3.腾空阶段，双腿分开，身体与地面保持平行。 4.单脚着地。		B
B 437	0.7	1.在单脚离开地面前， 躯干要完成半周拧身预转 。 2.身体前俯，摆动腿直腿向异侧上方踢腿同时带动身体腾空。 3.腾空阶段，双腿分开，身体与地面保持平行并转体360°。 4.单脚着地。		B B
B 439	0.9	1.在单脚离开地面前， 躯干要完成半周拧身预转 。 2.身体前俯，摆动腿直腿向异侧上方踢腿同时带动身体腾空。 3.腾空阶段，双腿分开，身体与地面保持平行并转体720°。 4.单脚着地。		B B

< C组: 类别 8; 依柳辛 >

C824: 第二段

3. 一手在支撑腿侧触地，摆动腿回位至起始位置。

No.	Value	ILLUSION		
C 824	0.4	1.单腿站立姿态开始，一腿后摆举起在垂直面内划圈360°。 2.身体同时以支撑腿为支点转体360°， 一手 在支撑腿侧触地，摆动腿回位至起始位置。 3.以双脚站立姿势结束。		↓

< 澄清 & 提醒 >

技委会就以下问题进行澄清：

正确着装 (服装要求): 第19页

B. 比赛服: (每个条款每次-0.2分)

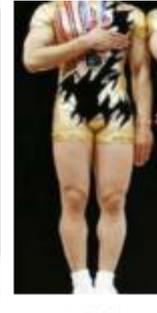
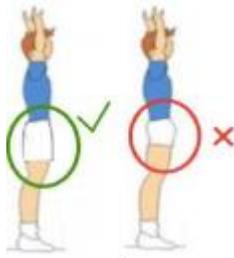
< 男子服装 >

- 男子必须穿两件（短裤或长裤加紧身上衣）或一件全身的紧身服。短裤/长裤均不能太紧。
- 短裤必须从髋关节覆盖至大腿长度的1/3。

举例：

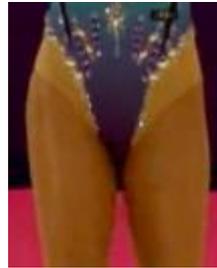
男运动员穿着一件套紧身比赛服：裁判长-0.2分（1个减分条款）

如果男运动员穿着两件套但是太短：裁判长-0.4分（2个不同减分条款）



< 肉色 >

不建议骨盆区域的服装使用肉色材质：
这在电视上看起来像裸露一样。

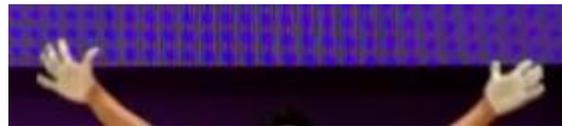


< 国徽 >

国家标识的面积至少要达到30平方厘米（参照FIG2022年比赛服装和广告标识规则，第7页）。

< 镁粉 >

强烈不建议使用包括镁粉在内的一些会洒落在比赛地板上的物质。



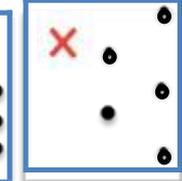
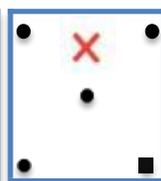
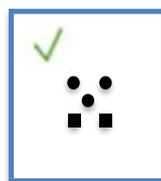
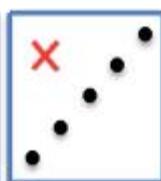
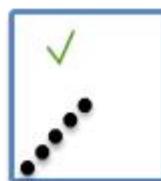
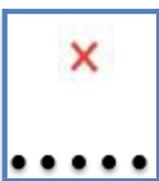
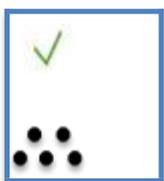
第五章 (评分/评分办法) 艺术裁判: 5.4.D

< 2. 操化内容: 2.2 质量 - 多样性 >

操化组合

要想被识别为操化组合，所有运动员必须相互靠拢运用正确的弹动技术齐刷刷地同时展示相同的基本步伐。允许展示不同的方向（方向/旋转）和手臂/腿的动作（不对称/对称），但必须要展示相同的基本步伐。

混双/三人/五人：所有运动员必须相互靠近（近距离）、犹如一体展示操化组合。

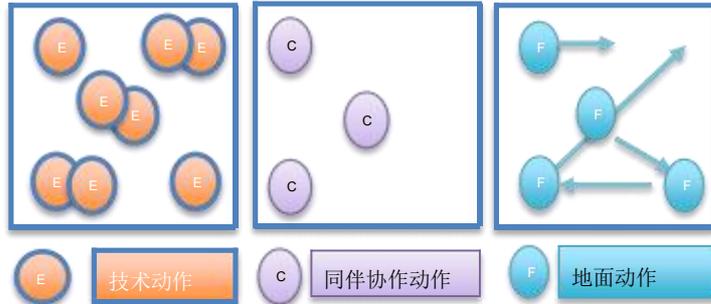




< 3. 主体内容: 3.2 空间使用 >

成套动作中不同内容的空间分布要均衡。

这不仅是指操化动作，还包括同伴协作动作、地面动作以及技术动作的分布。



< 5. 艺术表现: 5.1 表现力 / 完成质量 >

成套动作中出现“摔倒”/触地：艺术表现不能评为“完美”，不过也不能直接评为“差”。裁判员要整体评估这个“摔倒”/触地对成套动作的影响有多大。如果这个“摔倒”令人印象特别深刻而且对成套动作造成了破坏性影响，就可以把艺术表现的分数打到很低（可以打到“差”的范围）。当然，如果运动员能够很好地弥补这个“摔倒”造成的影响而且成套动作艺术性未受太大破坏，就可以在原有艺术表现评分尺度上降一格即可。

第五部分: 有氧舞蹈: 第56 & 59页

< 舞蹈风格操化单元 >

有氧舞蹈是一个由8名运动员采用舞蹈风格的操化动作进行集体演绎的运动项目。在尊重健美操项目特质的前提下，有氧舞蹈操化单元的风格可以更自由、奔放。

当年在健美操项目中增设有氧舞蹈项目的初衷，就是在尊重健美操项目特质的同时，赋予项目更多的自由、激情。这意味着，成套动作的主体（除了第二风格动作）给人的印象应该是舞蹈风格的操化单元。因此，成套动作不能是舞蹈风格的舞蹈成套动作！应该是舞蹈风格的健美操动作！

< 第二风格 >

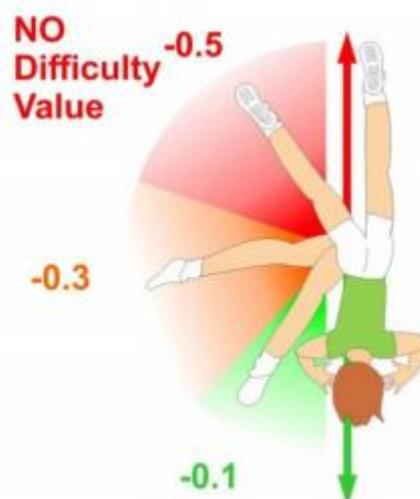
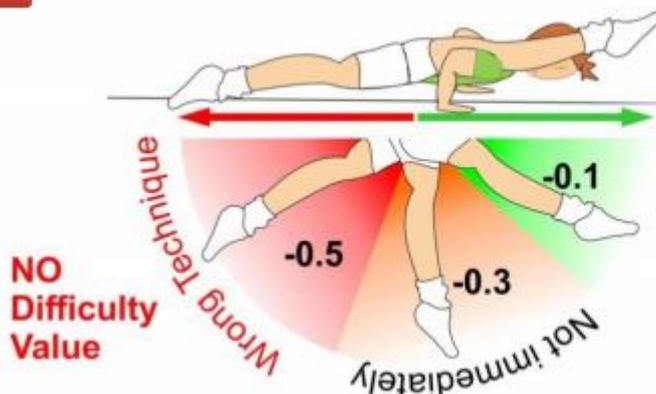
团队成员可以展示不同的第二风格动作。不过，所有运动员展示的动作必须要统一、协调。

难度动作

< 以文森姿态结束的难度动作 >

如果腿没能立即搭成文森姿态，完成错误-0.1分或-0.3分。

如果以俯撑姿态结束然后把一条腿搭上去成文森姿态，错误技术，完成-0.5分，所以难度动作没有分值。这个要求适用于所有以文森姿态结束的难度动作。

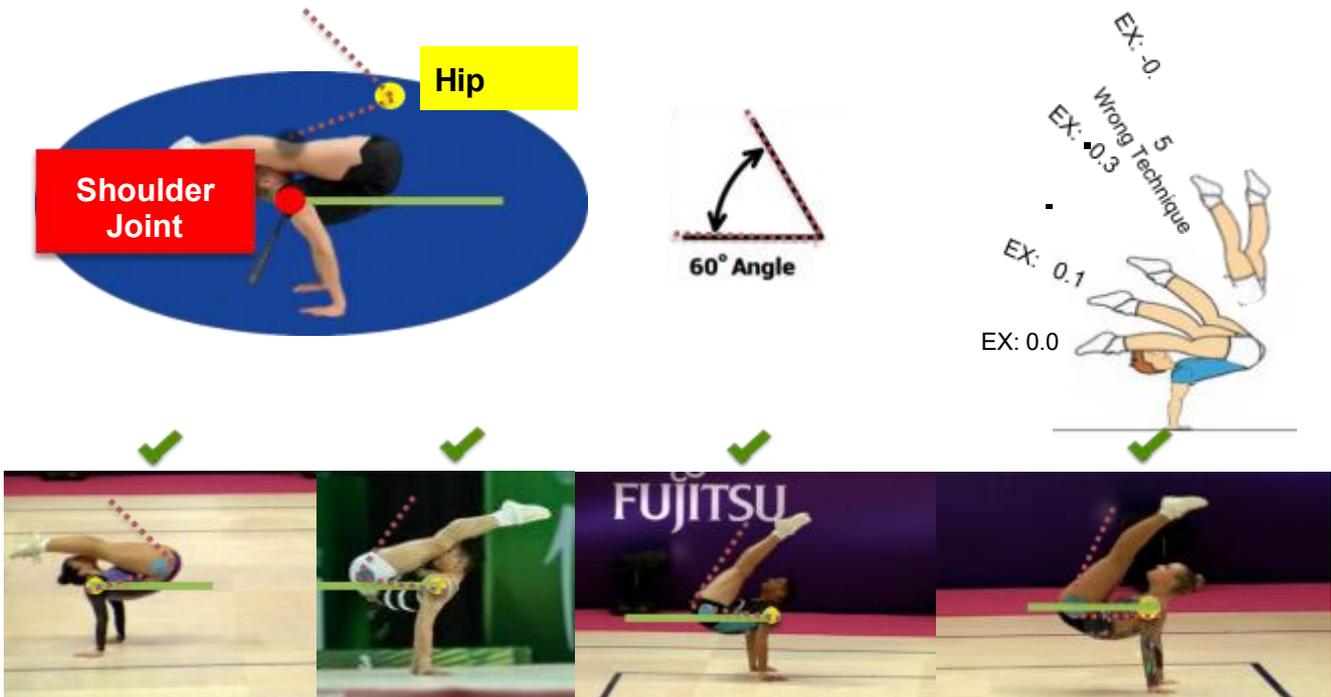




< 高锐角支撑腾起: “高锐角姿态” >

展示“高锐角姿态”是所有高锐角支撑腾起类动作的最低完成标准（第46页）。

“高锐角姿态”：两手撑地、两臂支撑身体。身体呈屈体姿态（两脚并拢，躯干和腿的夹角最大为60°），髋关节必须至少要与肩部齐平或者高于肩部。两腿与地面平行是完美完成的姿态。



难度: OK
完成: 0,0

难度: OK
完成: -0.1
腿未与地面平行

难度: OK
完成: -0.3
腿未与地面平行

难度: OK
完成: -0.3
腿未与地面平行



难度: NO - 不是高锐角姿态
完成: -0.3 + -0.1
(髋关节低于肩部+两脚分开)



难度: NO - 不是高锐角姿态
完成: -0.3 + -0.5
(髋关节低于肩部 + 不准确的屈体姿态)



难度: NO - 不是高锐角姿态
完成: 0.5 + 0.1
(腿与躯干夹角超过 60° + 两脚分开)

< 直升飞机 >

完成直升飞机动作时手支撑腿部是大错误，完成-0.5分，所以难度没有分值。（第51页）

< 依柳辛 >

展示双无、三无支撑依柳辛动作时，完成其中一个依柳辛时手不是无支撑，这个动作视为触地（touch），难度动作没有分值。



< 旋子 >

如果身体高于或低于水平面45°：完成错误-0.5分（最低完成标准）

如果单脚离地前未完成半周的拧身预转：完成错误-0.5分（错误技术）

< 简讯2中的链接视频 >

请点击以下视频按钮。

艺术

< 主体内容 >

主体内容			
要把空间的使用/路线/队形/流畅性与过渡动作/连接动作/配合动作/团队协作动作等结合在一起进行评价。 在评价主体内容时，必须要把动作及其空间运用结合到一起进行评价。把同一时间段完成的动作当作一个整体进行评价。			

难度

< 水平旋 >

根命名动作“水平旋”是一个沿两个轴面旋转的跳步动作（身体沿纵轴完成180°旋转，同时在水平面完成180°转体），腾空阶段保持团身姿态。

序号	难度名称	速记符号	链接
B447	水平旋540°		
B448	水平旋720°		
B449	水平旋转体540° 成俯撑		
B450	水平旋转体720° 成俯撑		尚未提供链接

< 转体 >

结束时不是两脚并拢站立姿态：完成错误-0.1分或-0.3分。

序号	链接
C 702, C704, C706, C715, C717, C719	

< 依柳辛 >

如果以后弓箭步或两脚分开姿态结束：完成错误-0.1分或-0.3分。

序号	链接
C 824, C826, C828, C835, C837, C839	

< 技巧动作 >

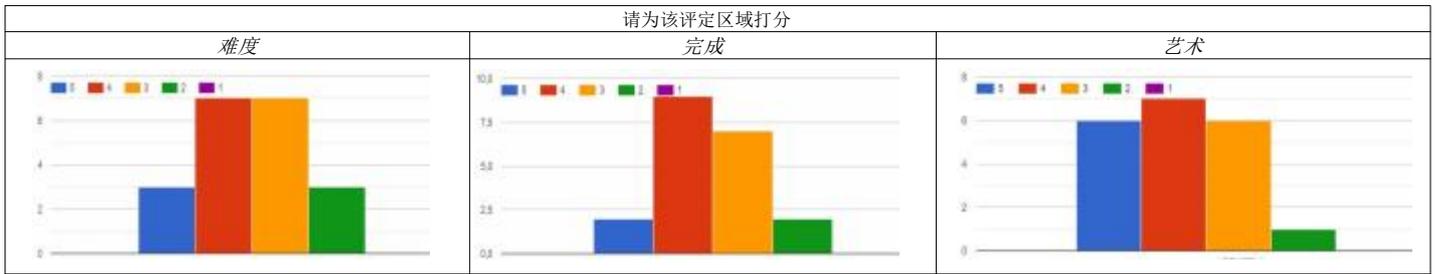
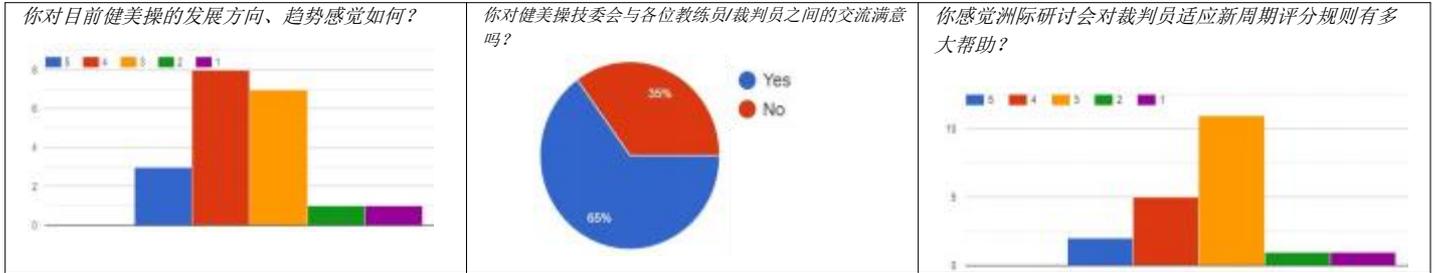
技巧动作的变形	链接
技巧动作列在评分规则的第26页（头手翻、屈伸起（鲤鱼打挺）未列在规则中）。 技巧动作在完成过程中必须经过垂直面。如果未经过垂直面，就不视为技巧动作。 < 定义：技巧动作的变形 > 1. 技巧动作包括三个阶段：开始-过程-结束。 2. 如果一个变形动作包括了评分规则中列出的技巧动作的两个阶段（开始+过程，或过程+结束），就视为该技巧动作的变形（同样视为技巧动作）。	



< 技委会圆桌会议 >

这里向大家呈现2022年健美操世锦赛的分析数据。感谢大家的参与和反馈，您的意见将被充分考虑。

评定量表 (5=完美, 4=非常好, 3=好, 2=一般, 1=差)



< FIG 2024年国际年龄组比赛 & 世锦赛 >

技委会非常感谢意大利（佩萨罗）举办2024年健美操第11届国际年龄组比赛（9月20-22日）以及第18届世界锦标赛（9月27日-29日）。期待与大家在比赛中相聚！

< 赛事安排 > 截止到2022年11月18日

ID	YEAR	DATES	TITLE	CITY
17138	2022	Oct . 8 – 9	1 3 th Plovdiv Cup Aerobics Open	Plovdiv (保加利亚)
17227		Oct . 26 – 29	2 0 2 2 Senior Pan American Championships	Cucuta (哥伦比亚)
17228		Oct . 26 – 29	2 0 2 2 Club Pan American Cup	Cucuta (哥伦比亚)
17237		Oct. 26 – 29	2022 Junior and Age Group Pan American Championships	Cucuta (哥伦比亚)
17249		Dec . 3 – 4	1 6 th Klaipeda Open	Klaipeda (立陶宛)
17258		Dec . 4 – 8	Pharaoh' s Cup 2 0 2 2	Cairo (埃及)
17222	2023	March 22 - 26	1 1 th Cantanhede International Open Competition	Cantanhede(葡萄牙)
17177		March 24 - 26	8 th Cantanhede FIG World Cup 2 0 2 3	Cantanhede(葡萄牙)
17266		April 21 - 23	Czech Aerobic Open 2 0 2 3	Prague (捷克)
17176		Apr. 22 - 23	Suzuki World Cup 2 0 2 3	Tokyo (日本)
17307		Oct . 13 - 15	FIG World Cup 2 0 2 3 RomGym Trophy	Bucharest (罗马尼亚)
16911		Nov. 17 - 19	1 3 th Senior European Championships	Antalya (土耳其)
17272	Nov. 17 - 19	1 3 th Junior European Championships	Antalya (土耳其)	
17310	2024	Sept. 20 - 22	1 1 th FIG Aerobic Gymnastics World Age Group Copetitions.	Pesaro (意大利)
17309		Sept. 27 - 29	1 8 th FIG Aerobic Gymnastics World Championships	Pesaro (意大利)

Tammy YAGI- KITAGAWA
AER- TC President



Ana MACANITA
AER- TC NL Department

