

社会人の部ルール

演技時間		1分15秒～1分30秒
要素	身体難度	身体難度4個(各身体グループから1個+1) 4×0.30
	アクロバット	
	ダンスステップ	2個 2×0.30
	全身の波動	1個 1×0.30
	R	2個(投げと受けの間に1回転以上の回転)
	手具の難度(DA)	2個 2×0.30
	手具の基礎技術グループ	各1個 全体で0.3
得点		3.4～4.0