

---

## 競技中の服装について

選手は、レオタードを着用し、その上からまわしを締めてください。

もしレオタードが用意できない場合は、競技中にずれたり乱れたりしないよう、体に密着した動きやすい服装を着用してください。安全上の理由により、長袖シャツやひざ下スパッツの着用が禁止となります。小学生に限り、学校指定の体操服は、通常、身体にフィットするタイプの着用が可能です。

※「体に密着した動きやすい服装」とは

フィット感があること：体にぴたっと沿うようなデザインで、だぶつきがないもの。例えば、ゆったりとしたTシャツの裾などが競技中に指に引っかかる可能性があるため禁止です。

伸縮性があること：競技中に体を大きく動かしても、生地が突っ張ったり動きを妨げたりしないよう、ストレッチ素材など伸縮性の高い素材が使われているものが望ましいです。

競技の邪魔にならないこと：余計な装飾（紐、大きなボタンなど）がなく、競技の動きの妨げになったり、何かを引っ掛けたりする心配がないものが適しています。

※「長袖シャツやひざ下スパッツの着用禁止」とは

競技中に相手が長袖シャツの袖やスパッツの裾を掴んでしまう可能性があります。これにより、本来ではありえない部分に力が加わり、関節を痛めたり、不自然な体勢での転倒につながる恐れがあります。

---

## 禁止されている服装や身につけるもの

安全のため、以下のものは着用・使用できません。

Tシャツの裾など、競技中に指が引っかかる可能性のある服、ヘアピン、メガネ、アクセサリ類など、怪我をする可能性があるものは、身につけないようにしてください。

選手が安全に、そして最大限にパフォーマンスを発揮できるよう、  
ご理解とご協力をお願いいたします。

## 試合時の正しい服装例



## 試合時の正しくない服装例

