

# 競技内容

## チャレンジの部

各部門、5項目の演技内容を行う。

### 入門

ソロ①	左手のフロントトゥー ハンドB 連続10回
ソロ②	アームロール 連続10回
トゥーバトン①	RHウィップ&LHリバースウィップ 連続10回
トゥーバトン②	両手でハンドロール 連続10回(リバースでも可)
ダンス	ジャンボリーミッキーの曲に合わせてバトンで楽しく踊ろう！

### 初級

ソロ①	左手のサム フリップ 連続10回
ソロ②	右手フラットトス 連続10回
トゥーバトン①	右手トス&左手リバースエイトフローリッシュ 連続10回
トゥーバトン②	RHアームロール&LHハンドロール 連続10回
ダンス	ジャンボリーミッキーの曲に合わせてバトンで楽しく踊ろう！

### 中級

ソロ①	左手バックハンドフリップ 連続10回
ソロ②	レイアウト連続10回
トゥーバトン①	ワンハンド ダブル トス&RHグラブ・LHキャッチ 連続10回
トゥーバトン②	フラット トス シャワー 連続10回
ダンス	ジャンボリーミッキーの曲に合わせてバトンで楽しく踊ろう！

### 上級

ソロ①	サム トス～ブラインドキャッチ 連続5回
ソロ②	トリプルエルボーロール 連続5回
トゥーバトン①	ハイ & ローの1スピン 連続5回
トゥーバトン②	LHリバース フラット トス&RHサム トス～RHグラブ～ネックラップ & RHグラブ 連続5回
ダンス	ジャンボリーミッキーの曲に合わせてバトンで楽しく踊ろう！

### 選手権

ソロ①	サム トス～3スピン 連続5回
ソロ②	カットボックス 連続5回
トゥーバトン①	ハイ & ローの2スピン 連続5回
トゥーバトン②	両手でフィッシュテール 連続5回(リバースでも可)
ダンス	ジャンボリーミッキーの曲に合わせてバトンで楽しく踊ろう！

### \*ダンスについて

ジャンボリーミッキーの曲に合わせて、バトンを使って自由に楽しくダンスしましょう！

入門～初級 オープニング8拍+16拍

中級～選手権 オープニング8拍+32拍

☆申し込み後に曲をご案内いたしますので 自由に振付けをしてきてください！