

CCA 常见问题汇总

技术类问题

1. 啦啦操比赛对比赛鞋有什么要求？

(1) 技巧啦啦操比赛时必须穿着软底运动鞋。不允许穿着舞蹈鞋/靴、体操鞋(或类似款式)。鞋必须有牢固的鞋底。

(2) 舞蹈啦啦操比赛时必须穿着鞋，允许穿舞蹈鞋(含半掌类)，街舞啦啦操允许穿着对应风格的鞋靴。禁止光脚或仅穿短袜、紧身连裤袜、高跟鞋、溜冰鞋及其他不恰当的鞋袜。

2. 啦啦操比赛对服装有什么要求？

舞蹈啦啦操不允许穿短袜或紧身连裤袜。当首饰作为服装的一部分时，允许使用。所有男性运动员的表演服内须穿着紧身内衣，但可以是无袖的。

3. 比赛花球应该如何选择？

花球啦啦操建议 4-5 寸花球，技巧啦啦操建议使用 5-7 寸花球。具体颜色、材质及类型可根据各队服装及风格整体进行选择。

4. 比赛时对饰品有什么要求？

不允许佩戴任何种类的珠宝饰品，不仅限于以下列举，包括耳环、鼻环、舌环、脐环、面环、透明塑胶饰物、手镯、项链和服装上的别针等。所有饰物必须摘下，不允许张贴于任何表面。
例外：医疗用的身份标签/手环。

特别说明 1：允许将水钻附着在比赛服或皮肤上，但保持不能脱落；

特别说明 2：运动员不能佩戴眼镜（隐形眼镜除外），如因生理原因不能戴隐形眼镜，需要由二级甲等以上级别医院开具医学证明，交于裁判组，研究同意后方可佩戴有加固装置的运动眼镜。

5. 技巧啦啦操对口号中使用的道具有什么要求？

(1) 地面可以使用的道具：喇叭；旗帜。

(2) 地面或托举可以使用的道具：花球；标志牌；队伍吉祥物。

6. 比赛过程中可以放下花球做动作么？

(1) 技巧啦啦操中允许，但不可随意抛掷、影响运动员安全。

(2) 花球啦啦操中要求成套 100%使用花球（托举、翻腾类等有特定编排的动作，需放下花球以保证运动员安全的情况除外）。因失误或故意放下花球做动作的情况会影响队伍得分。

7. 队伍入场可以有编排么？

队伍必须尽快进入比赛场地，不允许出现有任何编排的入场。

8. 手持花球可以做侧手翻么？

在做侧手翻时，支撑手不可手持花球。非支撑手允许手持花球。

9. 自由舞蹈啦啦操比赛，可以手持花球么？

不允许，详细规则请见 2017-2020 周期啦啦操裁判规则 91 页（第五章第一节）。