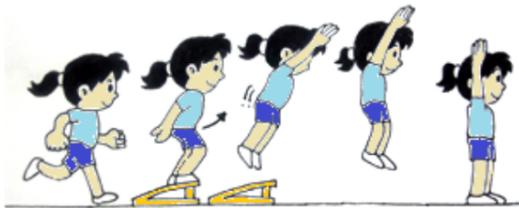


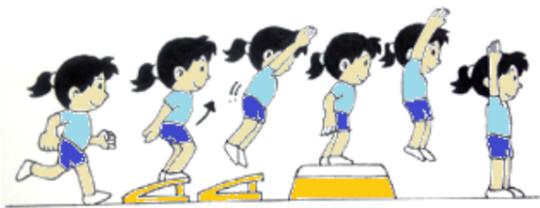
# 進級基準【とび箱】

## 25級 走ってジャンプ(ロイター板)



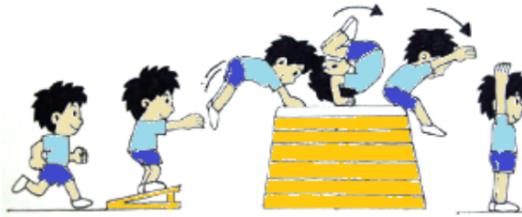
助走から両足で踏み切ることができる  
両手を振り上げ、高くジャンプすることができる

## 24級 両足踏切ジャンプのりおり 1段～



助走から両足で踏み切ることができる  
両手を振り上げ、両足でとび箱に乗ることができる

## 12級 台上前転 6段



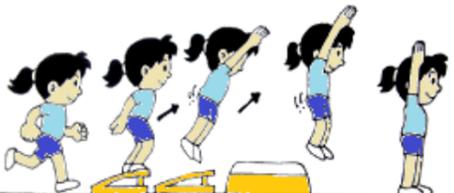
両足で強く踏み切ることができる  
両手で身体を支え、台上前転することができる

## 11級 開脚跳び 8段(縦・横)



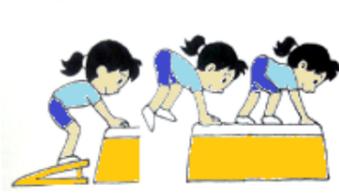
両足で強く踏み切ることができる  
前に手をつき、足を開き跳び越すことができる

## 23級 両足踏切ジャンプ跳びこし 1段～



助走から両足で踏み切ることができる  
高くジャンプし、とび箱を跳びこすことができる

## 22級 支持開脚のり 1段～



両足を開いて跳び乗ることができる

## 21級 横跳び越し 1段～



両手で横向きに正しくつくことができる  
とび箱からはみ出さずに、跳び越すことができる

## 10級 閉脚跳び 8段



両足で強く踏み切ることができる  
膝を抱え込み、足を抜いて跳び越すことができる

## 9級 倒立倒れこみ(2段～エバーマット)



両足で強く踏み切ることができる  
倒立姿勢になり、まっすぐ倒れこむことができる

## 20級 開脚跳び乗り 1段～



助走から両足で踏み切ることができる  
両足を開いて跳び乗ることができる

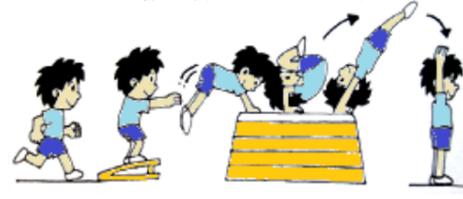


## 19級 開脚跳び 2段(縦・横)



両足で強く踏み切ることができる  
前に手をつき、足を開き跳び越すことができる

## 8級 頭はね跳び 4段



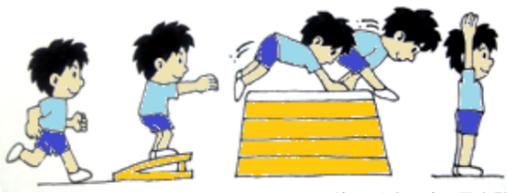
足が頭の上を通過したら、両手で体を持ち上げ、突き放すことができる  
空中で体を伸ばし、着地することができる

## 7級 頭はね跳び 6段



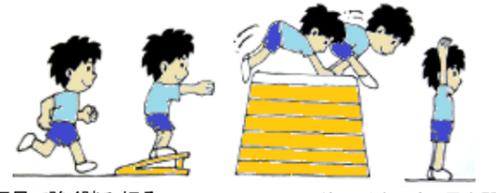
足が頭の上を通過したら、両手で体を持ち上げ、突き放すことができる  
空中で体を伸ばし、着地することができる

## 18級 開脚跳び 4段(縦・横)



両足で強く踏み切ることができる  
前に手をつき、足を開き跳び越すことができる

## 17級 開脚跳び 6段(縦・横)



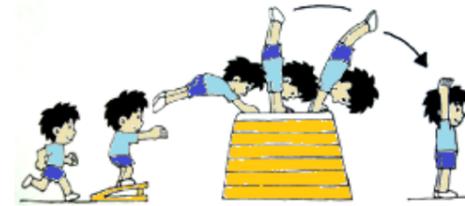
両足で強く踏み切ることができる  
前に手をつき、足を開き跳び越すことができる

## 6級 前転跳び 4段



足を伸ばして振り上げることができる  
倒立姿勢を經過して跳び越すことができる

## 5級 前転跳び 6段



足を伸ばして振り上げることができる  
倒立姿勢を經過して跳び越すことができる

## 16級 閉脚跳び 4段



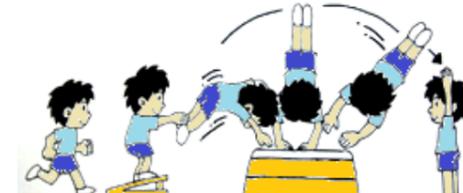
両足で強く踏み切ることができる  
膝を抱え込み、足を抜いて跳び越すことができる

## 15級 閉脚跳び 6段



両足で強く踏み切ることができる  
膝を抱え込み、足を抜いて跳び越すことができる

## 4級 側転跳び 2段



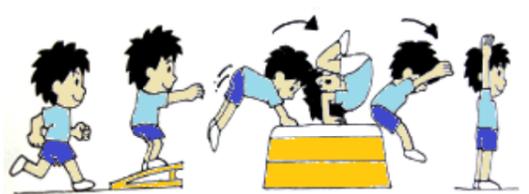
足を伸ばし振り上げ、1/4ひねった着手ができる  
側転が倒立經過であり、突き放すことができる

## 3級 側転跳び 4段



足を伸ばし振り上げ、1/4ひねった着手ができる  
側転が倒立經過であり、突き放すことができる

## 14級 台上前転 2段



両足で強く踏み切ることができる  
両手で体を支え、台上前転することができる

## 13級 台上前転 4段



両足で強く踏み切ることができる  
両手で体を支え、台上前転することができる

## 2級 側転跳び 6段



足を伸ばし振り上げ、1/4ひねった着手ができる  
側転が倒立經過であり、突き放すことができる

## 1級 8段で(前転跳び・側転跳び)の1つ

