

幼児体操進級表

GYMNASTICS



マット

11級	頭つきブリッチ
10級	前転
9級	ブリッチ
8級	後転【傾斜付き】
7級	腹接倒立
6級	壁倒立
5級	側転
4級	倒立前転
3級	ロンダートジャンプ
2級	転回

2級が合格したら
★1級★

とび箱

11級	とび箱に登り ジャンプでおりる
10級	ロイター板を蹴る
9級	支持とび上がりおり
8級	横跳び
7級	台上前転
6級	開脚跳び【横】 (小さいとび箱)
5級	閉脚跳び【横】 (小さいとび箱)
4級	開脚跳び【横】 (大きいとび箱)
3級	閉脚跳び【横】 (大きいとび箱)
2級	ヘッドスプリング

2級が合格したら
★1級★

鉄棒

11級	ぶらさがり
10級	横移動
9級	前まわりおり
8級	両膝ぶらさがり10秒
7級	足ぬきまわり
6級	踏み越しおり
5級	さかあがり
4級	腕立て後転
3級	フットおり
2級	逆上がり→腕立て後転→ フットおり

2級が合格したら
★1級★

