



小学生体操進級表

GYMNASTICS



マット	
9級	前転
8級	後転
7級	壁倒立
6級	側転
5級	倒立前転
4級	ロングダートジャンプ
3級	転回
2級	側転2回連続 →倒立前転・開脚柔軟 →後転→1/2ひねり ジャンプ→転回
2級が合格したら ★1級★	



とび箱	
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】
5級	閉脚跳び【横】
4級	開脚跳び【縦】
3級	閉脚跳び【縦】
2級	転回
2級が合格したら ★1級★	

鉄棒	
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	さかあがり
5級	腕立て後転
4級	フットおり
3級	腕立て前転
2級	逆上がり →腕立て前転 →腕立て後転 →フットおり
2級が合格したら ★1級★	

