

進級表 (幼児・児童)

対象	級	マット	とび箱	鉄棒
幼児	スタート級	くま歩き 5メートル	その場ロイター板ジャンプ 5回	鉄棒ぶら下がり 5秒
	20級	くも歩き 5メートル	とび乗りとび降り 小2段 (縦)	足抜き回り
	19級	カエル歩き 5メートル	とび乗りとび降り 小3段 (縦)	前回りおり
	18級	坂つき前転	とび乗りとび降り 小4段 (縦)	支持から前まわりおり
	17級	坂付き後転	開脚とび 小3段 (縦)	坂付き逆上がり (支持なし)
	16級	ブリッジ 5秒	開脚とび 小4段 (縦)	坂付き逆上がり (支持まで)
児童	15級	前転	開脚とび 4段 (縦)	逆上がり
	14級	後転	開脚とび 5段 (縦)	スイング 5回
	13級	壁倒立 10秒	開脚とび 6段 (縦)	後ろ回り
	12級	倒立～倒れこみ (ソフトマット使用)	開脚とび 7段 (縦)	後ろ回り2回連続
	11級	倒立前転	開脚とび 8段 (縦)	空中前回り
	10級	側転	閉脚とび 5段 (横)	空中前回り2回連続
	9級	ホップ～側転	閉脚とび 6段 (横)	後ろ回り～空中前回り
	8級	ホップ～ヘッドスプリング (ソフトマット使用)	閉脚とび 7段 (横)	空中前回り～後ろ回り
	7級	ホップ～ハンドスプリング (ソフトマット使用)	閉脚とび 8段 (横)	フットおり (補助台あり)
	6級	ホップ～ハンドスプリング	台上前転 6段	フットおり
	5級	ホップ～ロンダート	倒立倒れこみ マット (4段の高さ)	走って足かけ上がり
	4級	バク転 (ソフトマット使用)	倒立倒れこみ マット (6段の高さ)	け上がり (補助器具あり)
	3級	バク転	倒立倒れこみ 4段跳び箱 (横)	け上がり
	2級	ロンダート～バク転 (ソフトマット使用)	倒立倒れこみ 6段跳び箱 (横)	け上がり～空中前回り
1級	宙返り (補助器具使用)	転回とび 6段 (横)	け上がり2回連続	
ゴールド級	ロンダート～宙返り (補助器具使用)	転回とび 6段 (縦)	け上がり～空中前回り～後ろ回り～フットおり	