

判断基準表

マット

前転	
後転	
開脚前転	
開脚後転	
側転	
壁三点倒立(3秒)	
壁倒立(10秒)	

鉄棒

前回り	
こうもり	
足抜き回り	
地球回り	
足かけ上がり(補助)	
逆上がり(補助)	
こうもり下り	
足かけ上がり	
逆上がり	

跳び箱

	4段	5段	6段
横開脚跳び			
横閉脚飛び			
縦開脚跳び			
台上前転			

黄色の部分が全てできていることが、上級コースの基準とさせていただきます。