

五所川原市スポーツフェスティバル2025 なわとび検定カード

ランク	技	時間	チェック
👑5段👑	初段～4段の技	1分	
4段	後ろあやとび	30秒	
3段	二重こうさとび	30秒	
2段	後ろ二重とび	30秒	
初段	二重あやとび	30秒	
1級	二重とび	1分	
2級	サイドクロス	1分	
3級	こうさとび	1分	
4級	あやとび	1分	
5級	後ろとび	1分	
6級	前とび	1分	

君は何級に
合格できるかな？

学校名

学年 年

名前



小1～3年用

五所川原市スポーツフェスティバル2025

なわとび検定カード

ランク	わざ 技	じかん 時間	チェック
 <small>しょだん</small> 初段	にじゅうとび	<small>びょう</small> 15秒	
<small>きゅう</small> 1級	こうさとび	<small>びょう</small> 30秒	
<small>きゅう</small> 2級	こうさとび	<small>びょう</small> 15秒	
<small>きゅう</small> 3級	あやとび	<small>びょう</small> 15秒	
<small>きゅう</small> 4級	うしろとび	<small>びょう</small> 30秒	
<small>きゅう</small> 5級	まえとび	<small>びょう</small> 30秒	
<small>きゅう</small> 6級	まえとび	<small>びょう</small> 15秒	



がっこうめい
学校名

がくねん
学年 年

なまえ
名前

