

リズムなわとび

かいせん ちょうやく
1回旋1跳躍

かい かいと
1回まわして1回跳ぶ

ねん ばん なまえ
年 番 名前

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	さ ゆ う かい へい 左右開閉 と 跳び	ぜ ん ご かい へい 前後開閉 と 跳び	さ ゆ う 左右クロ と ス跳び	あ し かけ足 と 跳び	か た あ し ま え だ 片足前出 し と 跳び	よ こ ふ 横振り と 跳び	も も 上 げ もも上げ と 跳び	し ん し つ と 伸膝跳び	う し 後ろけり と 跳び	び ょ う し 2拍子 と 跳び
世界一	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
日本一	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90
栃木一	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
上三川一	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70
S	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
A	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
B	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
C	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
D	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
E	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10

	11	12	13	14	15	16	15	16
	び ょ う し じ ゅ う 2拍子十 字 と 跳び	ま え ふ 前振り と 跳び	も も 上 げ かい と 2回跳び	う し かい と 2回跳び	よ こ ふ あ と 横振り上 げ と 跳び	か え と ま え 返し跳び 前	か え と う し ろ 返し跳び 後	か え リズム返 し と 跳び
世界一	100	100	100	100	100	100	100	50
日本一	90	90	90	90	90	90	90	40
栃木一	80	80	80	80	80	80	80	30
上三川一	70	70	70	70	70	70	70	20
S	60	60	60	60	60	60	60	10
A	50	50	50	50	50	50	50	
B	40	40	40	40	40	40	40	
C	30	30	30	30	30	30	30	
D	20	20	20	20	20	20	20	
E	10	10	10	10	10	10	10	