

日本なわとび B級 認定カード

ねん 年	くみ 組
なまえ 名前	



内容	回数	認定印	内容	回数	認定印
①二重とび	1回		⑥後ろあやとび	5回	
②交差とび	5回		⑦後ろ交差とび	5回	
③ダブルサイドオープン	5回		⑧180° (前とび1回、なわを上にして半回転、前とび)	5セット	
④ダブルサイドクロス	5回		⑨360° (前とび1回、なわを上にして一回転、前とび)	5セット	
⑤二重とび	3回		⑩前とび→二重とび→前とび 連続4回ずつ		

☆あなたはB級に合格したことをここに認定します！

印

日本なわとび A級 認定カード

ねん 年	くみ 組
なまえ 名前	



内容	回数	認定印	内容	回数	認定印
①側振クロスとび	5回		⑥EB (前後交差とび)	5回	
②側振オープンとび	5回		⑦EB II (片側前後交差とび)	5回	
③モンキー	5回		⑧二重とび	5回	
④フェイクEB (かえしとび)	2回		⑨前とび4回→アームホールド	1セット	
⑤フェイクEB (かえしとび)	4回		⑩はやぶさ(二重あやとび)	1回	

☆あなたはA級に合格したことをここに認定します！

印

