



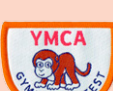

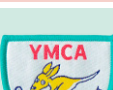
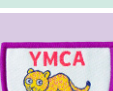




## —— ジムナスティックス ワッペン項目 1 ——

ワッペン	マット	鉄棒	とび箱
 ヒヨコ	横転	ぶらさがり A (順手 10 秒)	両足ふみきり
 リス	前転 A (坂道)	ぶらさがり B (ぶたのまるやき)	両足踏みこしとび
 ウサギ	後転 A (坂道)	腕立て支持	腕立てとびあがりおり A
 パンダ	前転 B (フラット)、 開脚前転	腕立てとびあがり	とびあがり前転
 サル	後転 B (フラット)、 開脚後転	前回りおり、 足抜き後ろまわり	台上前転 A
 カモシカ	ブリッジ	足抜き前まわり、 さかあがり A (かべ等使用)	腕立てとびあがりおり B
 カンガルー	壁のぼり倒立	踏みこしおり、 ぶらさがり C (腕角度 90 度)	開脚とび A (とび箱ヨコ)
 ヒョウ	壁倒立	さかあがり B (ロイター板等使用)、 腕立てスイング	開脚とび B (とび箱タテ)
 トラ	伸膝後転、側転	さかあがり C (傾斜なし)	台上前転 B (伸膝)
 ライオン	倒立前転 A (瞬時倒立静止)、 側転連続	腕立て後転	閉脚とび A (とび箱ヨコ)