

## ラビット検定とは？

トランポリンは、他のスポーツの基礎トレーニング・オフトレーニング等に良いといわれていますが、空中に身体を投げ出すという事は、怪我をする可能性も高まります。

そこで、トランポリンチーム・ラビットでは、トランポリンを使用してのエアリアル感覚（空中感覚）・バランス感覚の向上の為、「検定」を実施しています（1級～5級）

トランポリン基礎技を通して、安全の確保と空中感覚を効率よく身につけましょう。

## ラビット検定概要

技の進捗状況を計り、技術向上の指針とする

- |             |                                                                                                                                                                           |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>検定日</b>  | ・定期練習：年3回を予定（4ヶ月に1度） ※1ヶ月程前にお知らせします。<br>・教室：最終日に実施                                                                                                                        |
| <b>検定料</b>  | 1, 2級 300円 3～5級 500円                                                                                                                                                      |
| <b>概要</b>   | 3～5級<br>・技術向上の意味合い深める為、「単発技」の認定を要する。（各級8種目）<br>・「単発技」の可否は、普段の練習にて認定員より認定を受けます。<br>・「単発技」に合格し初めて連続技（10本連続）の検定受験資格を有します。<br><br>1～2級<br>・自由演技（10本連続） ※詳しくは、お問い合わせの際にお聞き下さい。 |
| <b>受験方法</b> | 3～5級<br>・通常練習時に検定担当者に検定料を支払い「認定カード」を購入し、日々の練習にて認定員から単発の合格印をもらいます。もしくは、トランポリン教室の受付にて検定料を支払い「認定カード」購入します。<br>・単発技すべての合格印がもらえて初めて検定が受けられます。<br><br>1～2級<br>・検定担当者に検定料を払い申し込む |
| <b>合否</b>   | ・検定において、3人の検定員の合計が基準点を越えた者を合格とする。<br>・合格者には、ラビット検定に合格した証として「認定証」が発行されます。                                                                                                  |

- |                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・不合格の場合は、次回の検定料は無料にて受験可能</li><li>・3級取得者より宙返りの練習を認めます。</li><li>・2級取得者より宙返りを含む自主練習を認めます。</li><li>・トランポリン公認競技で基準点を超え、申請があれば検定を免除する。（検定料あり）<br/>※詳しくは、問い合わせの際にお聞き下さい</li></ul> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## その他

- ◆ 検定は受けないが、練習アイテムとして内容を知りたい人は、認定内容を一覧表にしたものを差し上げますお気軽にお問い合わせ下さい。
- ◆ 検定料を払ったけれど検定を受けなかった人は、認定カードに期限は有りませんので、次の検定日まで 無くさない様に、大切に保管して下さい。
- ◆ ラビット検定の制度改定(2011年度)に伴い、認定カード及び認定証発行費が検定料金に含まれるようになりました。