



全日本スキー連盟(SAJ)公認 級別テスト

	実技種目	斜面設定	実技要項	評価の基準	受験資格
1級	パラレルターン 大まわり	急斜面・ナチュラル	状況・条件に対応して滑る能力 1.ターン運動の構成 (ポジションニングとエッジング) 2.斜面状況への適応度 (スピードとターン弧の調整) 3.運動の質的内容 (バランス・リズム・タイミング)	・1種目最大値100ポイント ×4種目 ・取得ポイントは検定員3名の 平均値とし、小数点第1 位を四捨五入する。 ・280ポイント以上を合格と する。(最大値400ポイント の70%以上)	・12歳以上 ・2級取得者 ・事前講習修了者 ・SAJ会員以外の合 格者は、会員又は 暫定会員登録をしな ければならない
	パラレルターン 小まわり	急斜面・ナチュラル			
	パラレルターン 小まわり	中急斜面・不整地			
	フリー滑降	総合斜面・ナチュラル			
2級	パラレルターン 大まわり	中急斜面・ナチュラル	公認検定員(講師)が、講習を通し「傾斜地での移動技術」の回 転技術を指導し、運動課題の到達度を評価する。 ・1種目の最大値×3種目の195ポイント以上を合格とする。 (最大値300ポイントの65%以上)	・12歳以上 ・ジュニア1級取得者	
	パラレルターン 小まわり	中～急斜面・整地			
	フリー滑降	総合斜面・ナチュラル			
3級	大回りターンの連続できる	中斜面・整地	公認検定員(講師)が、講習を通し「傾斜地での移動技術」の回転技術 を指導し、その運動課題の到達度を評価する。・1種目の最大値100 ポイント×2種目の120ポイント以上を合格とする。(最大値200ポイント の60%以上)	・6歳以上	
	小回りターンの連続できる	中斜面・整地			
4級	大回りターンの連続できる	緩中斜面・整地	公認検定員(講師)が、講習を通し「傾斜地での移動技術」の制動技術 と回転技術を指導し、滑りの度合いを評価する。・55ポイント以上を合 格とする。(最大値100ポイントの55%以上)	・6歳以上	
5級	大回りターンができる	緩斜面・整地	公認検定員(講師)が、講習を通し「傾斜地での移動技術」の制動技術 と回転技術を指導し、滑りの度合いを評価する。・50ポイント以上を合 格とする。(最大値100ポイントの50%以上)	・6歳以上	



蔵王猿倉スキー学校