



## エアボクシングライセンステスト概要

開催名 : エアボクシングC級ライセンステスト

開催日 : 2025年4月20日（日）<申込締切> 2025年4月4日（金）17:00

1部 : 受付 10:00～10:15 開始 10:45

2部 : 受付 13:05～13:20 開始 13:50

3部 : 受付 15:50～16:05 開始 16:15

※ 開催部数の指定はできません

受付時間前の待機場所はありません

時間変更の場合は出場者確定後に公式lineにてお知らせします

開催地 : 花形ボクシングジム

【神奈川県横浜市都筑区池辺町4478-2 電話番号: 045-932-0980】

主催者 : 日本プロボクシング協会/エアボクシング検定委員会

受験資格 : 日本プロボクシング協会加盟ジムに所属の健康な方で、所属ジムで受験を認められた方

申込方法 : オンラインエントリー **(2025年3月24日(月) 10:00受付開始)**

[https://www.jpba-airboxing.org/entry/250420\\_Ctest.html](https://www.jpba-airboxing.org/entry/250420_Ctest.html)

エントリーの確認は申込受付終了後、エアボクシングline公式アカウントの「出場確定のお知らせ」にてご案内しますので、個別のお問い合わせはご遠慮ください

受験料 : 一般（高校生以上）: 2,000円

中学生以下: 1,000円

※ 当日現金でお支払いください

実施内容 : 1ラウンド目[1分30秒] フリーでシャドーボクシングをおこなう

2ラウンド目[1分30秒] 2名が対面に向かい合い対戦シャドーをおこなう

※ 小学生以下・50歳以上は1ラウンド1分

採点方法 : ジャッジが2名を同時に採点。合計120点満点／80点以上合格

相手に接触した場合は2点減点。対面時、中心の輪に接触した場合は1点減点

服装 : 運動のできる服装・シューズ・バンテージ着用

その他 : テスト結果は、当日の練習会後に発表いたします

テストの模様はTV・YouTube・SNS等で配信する場合がありますので予めご了承ください  
やむを得ない事情により開催中止や延期になる場合もあります

各部終了後30分程度の練習会を行う予定です

テスト受験者も参加できますので、是非ご参加ください

## C級ライセンステスト実施内容／評価基準

### 実施内容

1 R目[1分30秒] フリーでシャドーボクシングをおこなう

2 R目[1分30秒] 2名が対面に向かい合い対戦シャドーをおこなう

### 採点方法

ジャッジが2名を同時に採点。合計120点満点／80点以上合格

相手に接触した場合は2点減点。

対面時、中心の輪に接触した場合は1点減点。

### 服装

運動のできる服装・シューズ・バンテージ着用

採点項目	評価基準
フォーム	拳をしっかりと握っている。 しっかりとガードが上がっている。
攻撃	身体の使い方、パンチの打ち方が正確である。
防御	身体の使い方が正確で、明確な防御動作である。
フットワーク	リズム感があり軽やかに、素早く足の運びができている
バランス	動作全体が安定しスマーズな動きができている
スピード	動作全体のスピードやキレのある動き
スタミナ	"パフォーマンスを維持しているか、手数がでているか"
想定	相手を想定している機敏な動き（フリー・シャドー時） 相手の動きに対して的確な動作ができている（対戦・シャドー時）
パフォーマンス	全体的なパフォーマンス力。ダイナミックな動き
フィニッシュ	ゴング後に静止状態を維持(3秒)