

YMCAジмнаステックワッペン一覧

		跳び箱	鉄棒	マット
	ヒヨコ	両足踏みこしとび	ぶらさがりA	横転
	リス	腕立てとび上がりおり	ぶらさがりB	前転A
	ウサギ	腕立てとび上がりから 台上前転3段	腕立て支持	後転A
	パンダ	開脚跳び縦3段(小)	腕立てとび上がり	前転B
			前回りおり	開脚前転
	モンキー	開脚跳び縦4段(小)	足ぬき後ろ回り	後転B
			足ぬき前回り	開脚後転
	カモシカ	開脚跳び横4段	地球回り	ブリッジ
	カンガルー	開脚跳び縦4段	板逆上がり	壁のぼり倒立
				壁倒立
	ヒョウ	開脚跳び縦5段	逆上がり	1/4ひねり倒立
	トラ	台上前転5段	足掛け上がり	伸膝後転
				側転
	ライオン	閉脚跳び横4段	足掛け後まわり	側転連続
	レッド	閉脚跳び縦4段	足掛け前まわり	倒立前転
	オレンジ	首跳ね跳び	腕立て後転	倒立ブリッジ
	イエロー	台上倒立(ミントラ)	腕立て前転	とびこみ前転
	グリーン	頭跳ね跳び	グライダー	伸膝前転
	スカイブルー	転回跳び(ミントラ)	ひざ掛け上がり	ロンダート
	ネイビーブルー	転回跳び(横)	腕立て後転連続	転回
	パープル	転回跳び(縦)	腕立て前転連続	後転とび
	銅	側転とび	ともえ	前宙
	銀	前転とび1/2ひねり	こうもり振り降り	ロンダート後転とび
	金	前転とび1回ひねり	け上がり	ロンダート後方宙返り