2026年7月吉日
エアボクシング検定委員会

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　：2026年8月30日（日）
＜受付開始＞ 2026年8月3日（月）10：00＜申込締切＞ 2025年8月17日（月）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
受付時間前の待機場所はありません
時間変更の場合があります。変更の場合は公式LINEにてご案内します

開催地　：**RK蒲田ボクシングファミリー**
【東京都大田区蒲田5－20－7 K520ビル 3F】

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**（2026年8月3日(月)10：00受付開始）**
https://jpba-airboxing.org/form/c-test_entry.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

１Ｒ目[１分３０秒]　フリーでシャドーボクシングをおこなう

２Ｒ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	拳をしっかり握っている。 しっかり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ム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)