



## エアボクシングオープン戦概要

- 開催名 : エアボクシングオープン戦
- 開催日 : **2026年4月12日（日）**  
<受付開始> 2026年3月20日（金）10：00 <申込締切> 2026年3月31日（火）17：00  
1部（女性）: 受付 10：00～10：15 開始 10：45  
2部（U-12）: 受付 13：05～13：20 開始 13：50  
3部（男性）: 受付 15：50～16：05 開始 16：15  
※ 1部女性、2部U12、3部男性（男性はエントリー数によって変更の場合があります）  
時間変更の場合は出場者確定後に公式LINEにてご案内します
- 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
- 対象者 : 日本プロボクシング協会認定  
「有効なエアボクシングライセンス所持者」
- クラス分け : 男女：U-12（小学生以下）  
女性：中学生～49歳／50歳～59歳／60歳以上  
男性：中学生～39歳／40歳～49歳／50歳～59歳／60歳～69歳／70歳以上  
※ 中学生以上の女性は男性の部にエントリーすることができます  
A級の選手は、1クラス若い部にエントリー可能です
- 申込方法 : オンラインエントリー (**2026年3月20日（金）10：00受付開始**)  
[https://jpba-airboxing.org/form/2026\\_04\\_12entry.html](https://jpba-airboxing.org/form/2026_04_12entry.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
- 参加費 : 一般（高校生以上）: 3,500円 他地区一般: 1,500円  
中学生以下: 2,000円 他地区中学生以下: 1,000円  
※ 当日現金でお支払いください
- その他 : 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  
**今大会は全てPC抽選で組合せいたします。組合せ発表は大会当日とします**  
試合の模様は 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
- 当日実施内 : 対戦シャドー：対面に向かい合いシャドーボクシングを行う  
13歳～39歳／40歳～49歳／女性13歳～49歳 【1分30秒×2ラウンド】  
U-12／50歳～59歳／60歳～69歳（男性）／女性50歳～59歳／女性60歳以上 【1分×2ラウンド】  
70歳以上（男性） 【1分×2ラウンド：インターバル45秒】  
**判定結果発表は赤青の旗揚げです**  
3ジャッジのうち2名以上優勢とならない場合30秒の延長戦を行います  
延長戦のインターバルは引分け判定後、男性60歳クラス30秒、それ以外のクラスは20秒とします  
延長戦の結果で勝敗を決定します  
※ 安全面を考慮し、60歳以上女性クラスと70歳以上クラスは延長戦なしとします  
当日は1試合のみです（申込の人数により、2試合おこなう場合があります）  
**※ 2試合行った場合のポイントは、成績の良かった1試合分のみが加点されます**  
対戦相手が急遽不参加となった場合は、他の相手を手配いたします  
**各部試合終了後20分程度の練習会を行う予定です**

## 補足

**60歳以上女性の部**（試用新設）ではインターバル30秒、引分け**延長戦はなし**とします。

**70歳以上の部**はインターバル45秒、引分け**延長戦なし**とします。

**70歳以上**の方が60歳台の部へ出場希望した場合は**60歳台の部のルール**で行います。

70歳以上の部の出場者が少なく60歳台の方との対戦となった場合は70歳以上ルールで行います。

---

## 評価基準と評価優先順位

---

### 第一評価 <相手に対する対応力>

- ・相手の動きに対応した攻撃ができている
- ・相手の攻撃対し的確にディフェンスができている
- ・攻防時、相手の動きに対応したポジション取りができている

### 第二評価 <攻撃・防御・足さばき等に於けるフォームとバランス>

- ・相手に対し正確な軌道でパンチが打てている
- ・腰の回転を使いしっかり強いパンチが打てている
- ・重心が浮かずにリズム感を持ってステップワークが出来ている

### 第三評価 <攻撃・防御・足さばき等の多彩さ>

- ・単調なパンチではなく、多彩なパンチやコンビネーションの打ち分けをしている
- ・ヘッドスリップ・ウィービング・ブロッキング・スウェー等多彩なディフェンスを取り入れている
- ・踏み込み・バックステップ・サイドステップ等多彩な足さばきが使っている

### 第四評価 <スピード・スタミナ>

- ・攻防の総合的なスピード
- ・対戦相手と比較してのスタミナの維持力

### マイナス評価

- ・一方向に相手を追いかけ続ける
- ・対戦相手を見ていない
- ・拳の握りが甘い（打撃時に拳が開いている）
- ・ガードをしていない若しくはガードの位置が低い

※マイナス評価ではありませんが、ラスト10秒の一方的な攻撃（ラッシュ）や、単なる手数は試合の攻防とは認められず、評価の対象なりません。

エアボクシング検定委員会では、生涯スポーツとして多くの方に安全に長く続けて頂けるためのルール作りを行っています。

そのため、今後もルール変更を行うことがございますが、何卒ご理解下さいますようお願ひいたします。