

公認クロスカントリースキーバッジテスト基準及び実施要領

- 1 公認クロスカントリースキーバッジテスト規程第8条第2項に基づき、公認クロスカントリースキー級別テスト（以下、「テスト」という。）の基準及び実施要領に関し、必要な事項を定める。
- 2 2級及び3級は、講習内において検定することができる。受検種目はクラシカル又はスケーティングの一方を選択して受検できる。この場合、クラシカルの種目は、2級は2級の項符号 a、b、c、e、f の種目とし、3級は3級の項符号 a、b、c、d の種目とする。スケーティングの種目は、2級は2級の符号 e、g、h、i、j の種目とし、3級は3級の符号 d、e、f、g の種目とする。
- 3 テスト種目及び判定基準は次のとおりとし、検定時のコース条件等の内容は、別表①のとおりとする。
 - (1) 1級（全種目必修）
 - a. ダイアゴナル
 - b. ワンキックダブルポーリング
 - c. ダブルポーリング
 - d. ターン
 - e. ダウンヒル
 - f. クラシカル総合滑走
 - g. ギア2（クイック）
 - h. ギア3（スーパー）
 - i. ギア4（ラピッド）
 - j. スケーティング総合滑走
 - (2) 2級（種目選択）
 - a. ダイアゴナル
 - b. ワンキックダブルポーリング
 - c. ダブルポーリング
 - d. ターン
 - e. ダウンヒル
 - f. クラシカル総合滑走
 - g. ギア2（クイック）
 - h. ギア3（スーパー）
 - i. ギア4（ラピッド）
 - j. スケーティング総合滑走
 - (3) 3級（種目選択）
 - a. ダイアゴナル（ただしウォークで）
 - b. ヘリンボーン
 - c. ダブルポーリング
 - d. ダウンヒル
 - e. ギア1（ダイアゴナル）
 - f. ギア2（クイック）
 - g. ギア3（スーパー）
- 4 採点は、級別に単独で行うことを原則とする。ただし、実際は必要に応じ

て難易度をつけ、適宜合併して行うこともできる。

- 5 合格基準は1級、2級、3級とも合計で満点の70%以上とする。ただし、1級は、各種目配点の70%に満たない種目は2種目以内とし、総合滑走は、標準タイムは設けず、テスト用にセットされたコースを歩かずに滑走しきることによって合格とする。
- 6 検定内容は、別表1のとおりとする。
- 7 本連盟公認ポピュラークロスカントリー大会において、10 km以上完走した者は、主管団体に完走したことを証明できる資料を添付し2級を申請することができる。主管加盟団体はそれを審査し2級合格を認めることができる。
また、5 km以上完走した者は、完走したことを証明できる資料を提出し3級を申請することができる。主管加盟団体はそれを審査し3級合格を認めることができる。
- 8 本連盟加盟団体主催の選手権大会（県高校大会や国スポ予選会は含まない）において、前年までに2級を合格した者で、クラシカル、フリー両種目において5 km以上を完走した者は、主管加盟団体に当該大会の結果及び検定員1名の検定証明書を添付し1級を申請することができる。主管加盟団体はそれを審査し1級合格を認めることができる。
また、5 km以上を完走した者は、主管団体に当該大会の結果を添付し2級を申請することができる。主管加盟団体はそれを審査し2級合格を認めることができる。
- 9 この基準の改廃は、教育本部理事会の議決による。

平成11年10月18日 制定
 平成15年 6月27日 改正
 移行平成20年 9月16日 改正
 平成21年 9月18日 改正
 平成29年 7月15日 改正
 平成29年 8月22日 改正
 令和元年12月11日 改正
 令和 3年 9月27日 改正
 令和 5年 7月 5日 改正
 令和 5年 9月29日 改正

別表① 指導員実技検定内容・バッジテスト検定内容

	指導員	1級	2級	3級	
クラシカル走法	ダイアゴナル	・上り斜度9～15% ・距離は500m	・上り斜度6～12% ・距離は300m	・上り斜度<9% ・距離は200m	・アンジュレーション部分 ・距離は100m
	ヘリンボーン				・上り斜度6%程度 ・距離は100m
	ワンキック ダブルボーリング	・アンジュレーション部分 ・距離は500m	・アンジュレーション部分 ・距離は300m	・アンジュレーション部分 ・距離は200m	
	ダブルボーリング	・アンジュレーション部分 ・距離は500m	・アンジュレーション部分 ・距離は300m	・フラット部分 ・距離は200m	・フラット部分 ・距離は100m
	クラシカル 総合滑走	・標高差10～20m程度の登りを1か所、標高差20～25m程度の登りを1か所、計2か所を含む合計登高60～90m程度のコース ・距離は5,000m	・標高差20m、合計登高50～80m程度のコース ・距離は3,000m	・標高差15m、合計登高30m程度のコース ・距離は2,000m	
注1	ダウンヒル (左右カーブ含む)	・下り斜度は-15～-25% 距離は100m	・下り斜度は-10～-20% 距離は100m	・下り斜度は-10～-20% 距離は100m	・下り斜度は-6%程度 ・距離は100m
スケイティング走法	ギア1 (ダイアゴナル)				・上り斜度6%程度 ・距離は100m
	ギア2 (クイック)	・上り斜度9～15% ・距離は500m	・上り斜度6～12% ・距離は300m	・上り斜度<9% ・距離は200m	・アンジュレーション部分 ・距離は100m
	ギア3 (スーパード)	・アンジュレーション部分 ・距離は500m	・アンジュレーション部分 ・距離は300m	・アンジュレーション部分 ・距離は200m	・アンジュレーション部分 ・距離は100m
	ギア4 (ラビッド)	・アンジュレーション部分 ・距離は500m	・アンジュレーション部分 ・距離は300m	・フラット部分 ・距離は200m	・フラット部分 ・距離は100m
	スケイティング 総合滑走	・標高差10～20m程度の登りを1か所、標高差20～25m程度の登りを1か所、計2か所を含む合計登高60～90m程度のコース ・距離は5,000m	・標高差10～20m程度の登りを1か所、標高差20～25m程度の登りを1か所、計2か所を含む合計登高60～90m程度のコース ・距離は3,000m	・標高差10～20m程度の登りを1か所、標高差20～25m程度の登りを1か所、計2か所を含む合計登高60～90m程度のコース ・距離は3,000m	

※アンジュレーション：平坦地と小さなアップダウンを含む地形

注1) クラシカル走法とスケイティング走法の共有になります。