

かくかくねん てんすうひょう
ハードル 各学年点数表



距離	距離60m 高さ30.0cm			距離70m 高さ50.0cm		距離80m 高さ70.0cm		距離110m 高さ91.4cm		
点数	年長 男子	小1 男子	小2 男子	小3 男子	小4 男子	小5 男子	小6 男子	中1 男子	中2 男子	中3 男子
10点	16秒50 以下	15秒50 以下	14秒50 以下	14秒50 以下	14秒00 以下	14秒50 以下	14秒00 以下	17秒00 以下	16秒00 以下	15秒00 以下
9点	16秒51～ 17秒00	15秒51～ 16秒00	14秒51～ 15秒00	14秒51～ 15秒00	14秒01～ 14秒50	14秒51～ 15秒00	14秒01～ 14秒50	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50	15秒01～ 15秒50
8点	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50	15秒01～ 15秒50	15秒01～ 15秒50	14秒51～ 15秒00	15秒01～ 15秒50	14秒51～ 15秒00	17秒51～ 18秒00	16秒51～ 17秒00	15秒51～ 16秒00
7点	17秒51～ 18秒00	16秒51～ 17秒00	15秒51～ 16秒00	15秒51～ 16秒00	15秒01～ 15秒50	15秒51～ 16秒00	15秒01～ 15秒50	18秒01～ 18秒50	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50
6点	18秒01～ 19秒00	17秒01～ 18秒00	16秒01～ 17秒00	16秒01～ 17秒00	15秒51～ 16秒50	16秒01～ 17秒00	15秒51～ 16秒50	18秒51～ 19秒50	17秒51～ 18秒50	16秒51～ 17秒50
5点	19秒01～ 20秒00	18秒01～ 19秒00	17秒01～ 18秒00	17秒01～ 18秒00	16秒51～ 17秒50	17秒01～ 18秒00	16秒51～ 17秒50	19秒51～ 20秒50	18秒51～ 19秒50	17秒51～ 18秒50
4点	20秒01～ 21秒00	19秒01～ 20秒00	18秒01～ 19秒00	18秒01～ 19秒00	17秒51～ 18秒50	18秒01～ 19秒00	17秒51～ 18秒50	20秒51～ 21秒50	19秒51～ 20秒50	18秒51～ 19秒50
3点	21秒01～ 23秒00	20秒01～ 22秒00	19秒01～ 21秒00	19秒01～ 21秒00	18秒51～ 20秒50	19秒01～ 21秒00	18秒51～ 20秒50	21秒51～ 23秒50	20秒51～ 22秒50	19秒51～ 21秒50
2点	23秒01～ 25秒00	22秒01～ 24秒00	21秒01～ 23秒00	21秒01～ 23秒00	20秒51～ 22秒50	21秒01～ 23秒00	20秒51～ 22秒50	23秒51～ 25秒50	22秒51～ 24秒50	21秒51～ 23秒50
1点	25秒01 以上	24秒01 以上	23秒01 以上	23秒01 以上	22秒51 以上	23秒01 以上	22秒51 以上	25秒51 以上	24秒51 以上	23秒51 以上

距離	距離60m 高さ30.0cm			距離70m 高さ50.0cm		距離80m 高さ70.0cm		距離100m 高さ76.2cm		
点数	年長 女子	小1 女子	小2 女子	小3 女子	小4 女子	小5 女子	小6 女子	中1 女子	中2 女子	中3 女子
10点	17秒00 以下	16秒00 以下	15秒00 以下	15秒00 以下	14秒50 以下	15秒00 以下	14秒50 以下	17秒50 以下	16秒50 以下	15秒50 以下
9点	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50	15秒01～ 15秒50	15秒01～ 15秒50	14秒51～ 15秒00	15秒01～ 15秒50	14秒51～ 15秒00	17秒51～ 18秒00	16秒51～ 17秒00	15秒51～ 16秒00
8点	17秒51～ 18秒00	16秒51～ 17秒00	15秒51～ 16秒00	15秒51～ 16秒00	15秒01～ 15秒50	15秒51～ 16秒00	15秒01～ 15秒50	18秒01～ 18秒50	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50
7点	18秒01～ 18秒50	17秒01～ 17秒50	16秒01～ 16秒50	16秒01～ 16秒50	15秒51～ 16秒00	16秒01～ 16秒50	15秒51～ 16秒00	18秒51～ 19秒00	17秒51～ 18秒00	16秒51～ 17秒00
6点	18秒51～ 19秒50	17秒51～ 18秒50	16秒51～ 17秒50	16秒51～ 17秒50	16秒01～ 17秒00	16秒51～ 17秒50	16秒01～ 17秒00	19秒01～ 20秒00	18秒01～ 19秒00	17秒01～ 18秒00
5点	19秒51～ 20秒50	18秒51～ 19秒50	17秒51～ 18秒50	17秒51～ 18秒50	17秒01～ 18秒00	17秒51～ 18秒50	17秒01～ 18秒00	20秒01～ 21秒00	19秒01～ 20秒00	18秒01～ 19秒00
4点	20秒51～ 21秒50	19秒51～ 20秒50	18秒51～ 19秒50	18秒51～ 19秒50	18秒01～ 19秒00	18秒51～ 19秒50	18秒01～ 19秒00	21秒01～ 22秒00	20秒01～ 21秒00	19秒01～ 20秒00
3点	21秒51～ 23秒50	20秒51～ 22秒50	19秒51～ 21秒50	19秒51～ 21秒50	19秒01～ 21秒00	19秒51～ 21秒50	19秒01～ 21秒00	22秒01～ 24秒00	21秒01～ 23秒00	20秒01～ 22秒00
2点	23秒51～ 25秒50	22秒51～ 24秒50	21秒51～ 23秒50	21秒51～ 23秒50	21秒01～ 23秒00	21秒51～ 23秒50	21秒01～ 23秒00	24秒01～ 26秒00	23秒01～ 25秒00	22秒01～ 24秒00
1点	25秒51 以上	24秒51 以上	23秒51 以上	23秒51 以上	23秒01 以上	23秒51 以上	23秒01 以上	26秒01 以上	25秒01 以上	24秒01 以上



かくかくねん きかく
各学年のハードルの規格

対象	距離	高さ	台数	スタートから1台目	ハードルの間隔	最後のハードルからゴール
ねんちょう しょう しょう 年長、小1、小2	60m	30.0cm	9台	10.00m	5.00m	10.00m
しょう しょう 小3、小4	70m	50.0cm	9台	12.00m	6.00m	10.00m
しょう しょう 小5、小6	80m	70.0cm	9台	13.00m	7.00m	11.00m
ちゅうがく じょし 中学女子	100m	76.2cm	10台	13.00m	8.00m	15.50m
ちゅうがく だんし 中学男子	110m	91.4cm	10台	13.72m	9.14m	14.02m

ねんどう 年度	かくかくねん 学年	がく 学	ねんせい 年生	なまえ 名前
------------	--------------	---------	------------	-----------

この通知表は、誰かと比べて優れているかを評価するものではありません。自分自身の走る力の変化に気づき、日々の練習に目標と意味を持たせ、やる気を育むために活用します。

企画 / 悟空 Jr. アスリートスクール 電話 / 0766-30-3773 受付時間 9:00～17:00
住所 / 〒933-0928 富山県高岡市守山町35番地 西織ビル2階

