

男子立幅とび得点表 (cm)

年齢 得点	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
10点	133 ~	140 ~	153 ~	172 ~	180 ~	189 ~	197 ~	209 ~	222 ~	242 ~	258 ~	264 ~	270 ~	274 ~	269 ~	268 ~	265 ~	262 ~	259 ~	257 ~	253 ~	244 ~	238 ~	231 ~	210 ~	202 ~
9	125 ~	131 ~	146 ~	165 ~	173 ~	182 ~	190 ~	202 ~	214 ~	234 ~	249 ~	256 ~	262 ~	267 ~	262 ~	261 ~	258 ~	255 ~	252 ~	251 ~	243 ~	234 ~	228 ~	222 ~	199 ~	191 ~
8	118 ~	124 ~	138 ~	157 ~	166 ~	176 ~	184 ~	195 ~	207 ~	226 ~	240 ~	249 ~	254 ~	260 ~	256 ~	255 ~	252 ~	250 ~	247 ~	242 ~	233 ~	225 ~	218 ~	210 ~	189 ~	181 ~
7	111 ~	117 ~	131 ~	150 ~	159 ~	169 ~	177 ~	188 ~	199 ~	218 ~	230 ~	241 ~	246 ~	252 ~	249 ~	248 ~	245 ~	242 ~	237 ~	231 ~	223 ~	215 ~	208 ~	198 ~	178 ~	170 ~
6	104 ~	110 ~	123 ~	143 ~	152 ~	163 ~	171 ~	181 ~	192 ~	210 ~	221 ~	234 ~	239 ~	245 ~	242 ~	241 ~	238 ~	234 ~	225 ~	220 ~	213 ~	206 ~	198 ~	187 ~	167 ~	159 ~
5	97 ~	103 ~	116 ~	136 ~	146 ~	156 ~	164 ~	174 ~	184 ~	202 ~	212 ~	226 ~	231 ~	238 ~	235 ~	234 ~	230 ~	221 ~	214 ~	209 ~	203 ~	196 ~	188 ~	175 ~	156 ~	148 ~
4	89 ~	96 ~	108 ~	128 ~	139 ~	149 ~	158 ~	167 ~	177 ~	194 ~	203 ~	219 ~	223 ~	231 ~	228 ~	227 ~	224 ~	216 ~	210 ~	205 ~	198 ~	186 ~	178 ~	164 ~	145 ~	137 ~
3	81 ~	90 ~	101 ~	121 ~	132 ~	143 ~	151 ~	160 ~	169 ~	185 ~	194 ~	211 ~	216 ~	223 ~	221 ~	220 ~	217 ~	209 ~	202 ~	197 ~	190 ~	177 ~	168 ~	152 ~	134 ~	127 ~
2	73 ~	83 ~	93 ~	114 ~	125 ~	136 ~	145 ~	153 ~	162 ~	177 ~	185 ~	204 ~	208 ~	216 ~	214 ~	213 ~	210 ~	202 ~	197 ~	190 ~	182 ~	167 ~	158 ~	140 ~	124 ~	116 ~
1	64 ~	76 ~	86 ~	107 ~	118 ~	130 ~	138 ~	146 ~	154 ~	169 ~	176 ~	196 ~	200 ~	209 ~	208 ~	207 ~	204 ~	198 ~	192 ~	185 ~	172 ~	158 ~	148 ~	129 ~	113 ~	105 ~
0	~63	~75	~85	~106	~117	~129	~137	~145	~153	~168	~175	~195	~199	~208	~207	~206	~203	~197	~191	~184	~171	~157	~147	~128	~112	~104

男子上体起こし得点表 (回)

年齢 得点	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
10点	14 ~	15 ~	17 ~	20 ~	23 ~	24 ~	27 ~	29 ~	30 ~	31 ~	32 ~	33 ~	34 ~	35 ~	34 ~	33 ~	31 ~	28 ~	27 ~	26 ~	24 ~	24 ~	23 ~	21 ~	19 ~	19 ~
9	12 ~	13 ~	15 ~	18 ~	20 ~	22 ~	24 ~	27 ~	28 ~	29 ~	30 ~	31 ~	32 ~	33 ~	32 ~	31 ~	29 ~	27	25 ~	24 ~	22 ~	22 ~	21 ~	19 ~	17 ~	17 ~
8	10 ~	11 ~	13 ~	16 ~	18 ~	20 ~	22 ~	24 ~	25 ~	27 ~	28 ~	29 ~	30 ~	31 ~	30 ~	28 ~	27 ~	25 ~	24	22 ~	20 ~	20 ~	19 ~	17 ~	15 ~	15 ~
7	9	10	12	14 ~	16 ~	18 ~	20 ~	22 ~	23 ~	25 ~	26 ~	27 ~	28 ~	29 ~	28 ~	26 ~	25 ~	23 ~	22 ~	20 ~	19	19	18	15 ~	14	13 ~
6	7 ~	8 ~	10 ~	12 ~	14 ~	16 ~	18 ~	20 ~	21 ~	23 ~	24 ~	25 ~	26 ~	27 ~	26 ~	24 ~	23 ~	21 ~	20 ~	19	17 ~	17 ~	16 ~	14	12 ~	11 ~
5	5 ~	6 ~	8 ~	10 ~	12 ~	14 ~	16 ~	18 ~	19 ~	21 ~	22 ~	23 ~	24 ~	25 ~	24 ~	22 ~	21 ~	20	18 ~	17 ~	15 ~	15 ~	14 ~	12 ~	10 ~	9 ~
4	4	5	6 ~	8 ~	10 ~	12 ~	13 ~	15 ~	17 ~	19 ~	20 ~	21 ~	22 ~	23 ~	22 ~	21	20	18 ~	16 ~	15 ~	13 ~	13 ~	12 ~	10 ~	8 ~	7 ~
3	3	4	4 ~	6 ~	8 ~	10 ~	11 ~	13 ~	15 ~	17 ~	18 ~	19 ~	20 ~	21 ~	20 ~	19 ~	18 ~	16 ~	14 ~	13 ~	11 ~	11 ~	10 ~	8 ~	7	6
2	2	3	3	4 ~	6 ~	8 ~	9 ~	11 ~	13 ~	14 ~	16 ~	17 ~	18 ~	19 ~	18 ~	17 ~	16 ~	14 ~	12 ~	11 ~	10 ~	9 ~	8 ~	6 ~	5 ~	4 ~
1	1	2	2	3	4 ~	6 ~	7 ~	9 ~	11 ~	12 ~	14 ~	15 ~	16 ~	17 ~	16 ~	15 ~	14 ~	13	11	9 ~	8 ~	7 ~	6 ~	4 ~	3 ~	2 ~
0	0	~1	~1	~2	~3	~5	~6	~8	~10	~11	~13	~14	~15	~16	~15	~14	~13	~12	~10	~8	~7	~6	~5	~3	~2	~1