

# テレマークスキー技術検定規程

## 1. 目 的

この規程は、公益社団法人日本プロスキー教師協会（以下「協会」という）定款第1章第4条(1)項に基づき、テレマークスキーの普及と発展を図るためにテレマークスキー技術検定に必要な事項を定める。

## 2. 検 定 要 綱

検定は、ゴールドメダル、シルバーメダル、ブロンズメダルの3種類とする。

(1) 会長から委嘱された公認校が実施する。

(2) 検 定 員

会長から委嘱されたテレマークスキー技術検定員の資格を持つテレマークスキー・ステージⅡ、ⅢまたはⅣの有資格者。ただし、テレマークスキー・ステージⅡはシルバーメダルまでの検定が出来ることとする。

(3) 検 定 申 込

受検者は、開催学校所定の申込用紙に記入の上、開催学校長宛に申し込む。

(4) 検 定 料

一律2,000円（消費税込）とし、検定申込時に納入する。

(5) 合格者の手続

下記の認定料を納入なければ有効とならない。

ゴールドメダル	2,500円	(消費税込)
シルバーメダル	2,000円	( 〃 )
ブロンズメダル	1,500円	( 〃 )

(6) 結果の報告

検定を実施した学校は、その結果を所定の報告書に記入の上、担当部に報告する。

### 3. 検 定 基 準

#### (1) 検定種類と実施要綱と採点基準

種 類		ゴ ー ル ド*	シ ル バ ー	ブ ロ ン ズ*
種目等				
シュテムテレマークターンまたは パレレル開きテレマークターン				○
ベーシックロングテレマークターン			○	
ベーシックショートテレマークターン			○	
ロングテレマークターン		○		
ショートテレマークターン		○		
フリー滑走		○		
合格点 (100点満点として)		70点以上		
検定員	資 格	テレマークスキーステージⅢ・Ⅳ	テレマークスキーステージⅡ・Ⅲ・Ⅳ	
	人 数	1名		
滑降回数		各1回		
斜面の条件	幅	30m以上		
	長さ	150～250m	150～200m	150m程度
	斜度	15～25度の斜面	15～20度の斜面	10～15度の斜面
	雪の状況	ナチュラルバーン	整地	整地

#### (2) 採点方法

- イ. ゴールドメダルの検定は、3種目それぞれ100点満点で、各種目70点以上を合格点とし、滑降は1回とする。
- ロ. シルバーメダルの検定は、2種目それぞれ100点満点で、各種目70点以上を合格点とし、滑降は1回とする。
- ハ. ブロンズメダルの検定は、1種目100点満点で、70点以上を合格点とし、滑降1回とする。

#### (3) 実 施

- イ. 検定は、原則として申込種類に対してのみ行う。
- ロ. 検定は、各種別実施する。ただし、必要に応じて適宜合併して実施することができる。
- ハ. 各級検定実施に際しては、1名以上の前走者を用意し、各種目毎に前走を行うものとする。

### 4. 実 施 要 綱

#### (1) ゴールドメダル検定

##### イ. 斜面の条件

幅 30m以上、長さ 150～250m、斜度 15～25度の斜面  
雪の状況 ナチュラルバーン

##### ロ. 検 定 種 目

ロングテレマークターン、ショートテレマークターン、フリー滑走

#### (2) シルバーメダル検定

イ. 斜面の条件

幅 30m以上、長さ 150～200m、斜度 15～20 度の中斜面  
雪の状況 整地

ロ. 検 定 種 目

ベーシックロングテレマークターン、ベーシックショートテレマークターン

(3) ブロンズメダル検定

イ. 斜面の条件

幅 30m以上、長さ 150 m、斜度 10～15 度の緩斜面  
雪の状況 整地

ロ. 検 定 種 目

シュテムテレマークターンまたはパラレル開きテレマークターン

5. 採点基準

(1) ゴールドメダル検定

○ロングテレマークターン

- イ. ズレ幅の少ないターン弧とスピードコントロール
- ロ. 安定したテレマークポジションとスムーズな脚の入れ替え
- ハ. 左右ターン弧のバランス及び弧の大きさ
- ニ. バランスの良いポジション

○ショートテレマークターン

- イ. ズレ幅の少ないターン弧とスピードコントロール
- ロ. リズミカルなショートターンのリズム
- ハ. 安定したテレマークポジションとスムーズな脚の入れ替え
- ニ. 左右ターン弧のバランス及び弧の大きさ
- ホ. バランスの良いポジション

○フリー滑走

- イ. 積極性と安定感のあるスピーディな滑り
- ロ. ロングとショートのターンリズム変化
- ハ. 安定したテレマークポジションとスムーズな脚の入れ替え
- ニ. バランスの良いポジション

(2) シルバーメダル検定

○ベーシックロングテレマークターン

- イ. 適度なズレ幅のターン弧とスピードコントロール
- ロ. 安定したテレマークポジションとスムーズな脚の入れ替え
- ハ. 左右ターン弧のバランス及び弧の大きさ
- ニ. バランスの良いポジション

○ベーシックショートテレマークターン

- イ. ショートのターンリズム
- ロ. ズレを伴ったターン弧とスピードコントロール
- ハ. 安定したテレマークポジションとスムーズな脚の入れ替え
- ニ. 左右ターン弧のバランス及び弧の大きさ
- ホ. バランスの良いポジション

(3) ブロンズメダル検定

○シュテムテレマークターンまたはパラレル開きテレマークターン

- イ. ズレを伴ったターン弧とスピードコントロール
- ロ. スムーズな脚の入れ替え
- ハ. 安定したバランス及びテレマークポジション
- ニ. 左右ターン弧のバランス及び弧の大きさ

- 附則 この規程は、平成 26 年 10 月 1 日から施行する。
- 附則 この規程は、一部改訂し平成 28 年 3 月 24 日から施行する。
- 附則 この規程は、一部改訂し平成 30 年 12 月 1 日から施行する。
- 附則 この規程は、一部改訂し令和 2 年 10 月 20 日から施行する。
- 附則 この規程は、一部改訂し令和 4 年 6 月 15 日から施行する。