

スキーテクニカルテスト規程

第1条（名称）

全国勤労者スキー協議会（以下本会という）が実施するスキー技術検定制度は「スキーテクニカルテスト（略称・テクニカルテスト）」、英文名称「ski technical test」（略称・S.T.T）」と称す。

第2条（目的）

テクニカルテストの目的は次のとおりとする。

- 1．技術到達度の判定と習熟度（レベル）評価を行う。
- 2．スキー技術上達の目標と課題を与え意欲向上を促す。
- 3．スピードとコントロール性を両立させた安全で質の高い技術の追求と普及に役立てる。

第3条（開催）

本会が主催するテクニカルテストは、ブロック協議会、地方スキー協において主管（以下主管団体という）して開催することができる。

但し、主管団体が認めた場合、加入クラブ及び管轄する常設スキー学校に運営を委嘱することができる。

第4条（検定の申請と公示）

- 1．テクニカルテストの開催申請は、所定の様式に必要事項を記入し、主管団体を通じて11月30日までに本会に申請する。
- 2．本会が認めたテクニカルテストの公示は本会が行う。

第5条（受験者のレベル）

テクニカルテストの受験者のレベルは原則としてパラレルターンができる程度以上とする。但し、これ以下のレベルであっても、事前講習を受講し、検定員が認めた場合は受験することができる。

第6条（検定員）

- 1．検定員は本会の指導員3名以上がこれにあたる。
但し、その内1名以上は中・上級指導員を含むものとする。
- 2．検定員は本会が認めた指導員研修を修了したものでなければならない。

第7条（種目、実施要領等）

テクニカルテストの種目、実施要領、使用する斜面、安全な運営のための配慮については細則に定める。

第8条（採点・評価）

- 1．採点は100点満点とし、採点のめやすは細則に定める。
- 2．バッジの採点方法、種類は細則に定める。
- 3．主管団体は、採点結果に基づきランク別のバッジとスコアカードを交付する。
- 4．受験者の滑走はできる限りビデオに収録し、技術向上に役立てるものとする。

第9条（事前講習）

主管団体はテクニカルテストの開催にあたり、検定バーンの試走を含めた事前講習を開くことができる。

第10条（申し込み）

- 1．テクニカルテストの申し込みをしようとするものは、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、検定料を添えて主管団体の長に申し込むものとする。
- 2．検定料は一人2000円とする。（検定料には検定手数料、スコアカード代、バッジ代を含む）

第11条（スコアカードとバッジの交付）

- 1．検定の結果は、本会が発行するスキーテクニカルテストスコアカード（以下スコアカードという）に記入して受験者に交付する。
- 2．受験者は得点に該当するバッジ及びスコアカードの交付を受けることができる。

第12条（結果の報告）

テクニカルテストを実施した主管団体の長は、所定の報告書に必要事項を記入の上、テクニカルテスト終了後2週間以内に、本会並びに所属する都道府県スキー協に報告しなければならない。

第13条（特典）

本会の指導員検定を受験しようとするものが、指導員受験日の年度と前年度に開催されたテクニカルテストを受検した場合、採点結果の合計点を、指導員検定会の応用発展技術の中で共通する3種目を有効得点として置き換えることができる。

ただし置き換える際は、3種目すべてを置き換え、1種目や2種目だけ置き換えることはできない。

付 則

1（検定料の還元）

検定料のうち本会が定めた金額を、主幹したブロック協議会、地方スキー協に還元するものとする。

2（還元の方法）

還元の方法は、スコアカード代及びバッジ代として1000円を全国に納入し、残金1000円を還元する。

3（規程の改・廃）

本規程の改・廃は全国理事会が行うものとする。

4（実施日）

本規程は1995年11月12日から実施する。

- ・ 1996年4月28日 一部改定
- ・ 1997年6月14日 一部改定
- ・ 2005年11月13日 一部改定
- ・ 2013年4月21日 一部改定

スキーテクニカルテスト規程細則

本会の定めるスキーテクニカルテスト規程第7条、第8条第一項及び第二項の規程により細則を次のように定める。

第1条（種目）

テクニカルテストの種目は次の3種目とする。

- (1) ロングターン
- (2) ショートターン
- (3) コンビネーション

第2条（実施要領）

実施要領は次のとおりとする。

1. 定められた地点からスタートし、種目の要求するターンで滑り降り、所定の停止ゾーンで停止する。
 - (1) スタート方法は自由とするが、フォールラインに向かってのスタートを最良とする。
 - (2) 専用の斜面が確保できない場合、停止ゾーンの設定は樹木やリフト、検定員の位置等を一定の目安とすることができる。
2. 滑走の基本的な構成とねらいは次のとおりとする。
 - (1) ロングターン
序盤は早めにスピードに乗り回転弧のリズムを作る、中盤はスピードに乗ったターン、終盤は停止に向けた制動技術が求められる。
 - (2) ショートターン
序盤は早めにリズムを作る、構成のほとんどをしめる中盤は一定のスピードとリズムを保つ、終盤は停止ゾーンで余裕をもって確実に停止することが求められる。
ロングターンの回転半径を小さくした（スキーの性能を生かした）技術が求められる。
 - (3) コンビネーション
スタート地点から停止ゾーンまでの滑走ラインは自由とする。
全体のリズム変化と流れを重視し、ハイスピードでの自在性（コントロール性）が求められる。
3. ターンの切り換え方法、回転数は自由とする。
 - (1) ロングターンの回転弧は、左右同回転数を最良とする。ただし、プレターンは回転数に含めないものとする。
 - (2) ショートターンはスタート地点からゴール地点まで直線的に絡んで滑り降りることを最良とする。
 - (3) コンビネーションは、回転弧の大きさを変え、ターンのリズム変化を求めるものであることから、回転のリズム変化を最低2回以上織り込まなければならない。
 - (4) 最初の回転方向は、左右どちらからスタートしてもよいものとするがスタートは直滑降からが望ましい。
また、コンビネーションはロングターン、またはショートターンのどちらからスタートしてもよい。
 - (5) スタンスについては自由とするが、開脚による体軸の傾きを基本とした外足荷重を基本としたパラレルのスタンスの両足荷重を最良とする。
 - (6) 停止の方法は自由とするが、安定したスムーズな停止を最良とし、暴走による急停止は避けなければならない。
4. スタート地点並びに停止ゾーンは検定員が定めるものとする。但し、受験者は希望すれば定められたスタート地点より下からスタートすることができる。

第3条（使用する斜面）

1. 使用する斜面は次のとおりとする。

種目	距離	斜度
ロングターン	幅30m以上滑走距離200m～250m	約20度～10度に至る斜面
ショートターン	幅10m以上滑走距離100m～150m	約20度～10度に至る斜面
コンビネーション	幅50m以上滑走距離250m～300m	約25度～10度に至る斜面

2. 使用する斜面選定のめやすは、安全性を確保し、滑走しやすい平坦な斜面を選定し、受験者の能力を十分引き出せると思える条件を確保して実施する。

第4条（採点のめやす）

採点のめやすは次のとおりとする。

50点未満	パラレルターンが未完成のレベル
50点以上55点未満	パラレルターンが一応できるレベル
55点以上60点未満	横ずれをともなうパラレルターンでスピードをコントロールして滑れるレベル
60点以上65点未満	カービングによるパラレルターンが不十分ではあるができるレベル
65点以上70点未満	カービングによるパラレルターンができるレベル。（初級指導員レベル）
70点以上75点未満	洗練されたカービングによるパラレルターンで滑れるレベル。（中級指導員レベル）
75点以上80点未満	スキーの性能を発揮させたパラレルターンで滑れるレベル。（上級指導員レベル）
80点以上	スキーの性能を高度に発揮させたパラレルターンで余裕をもって滑れるレベル。（最上級レベル）

第5条（バッジの種類）

バッジは世界最古といわれるノルウェーのレディー洞窟の壁画をモチーフとし、ベースカラーにより8ランクのバッジを定めるものとする。なお、バッジのランク、ベースカラー、カラーイメージは次のとおりとする。

ランク	カラー	カラーイメージ
50点未満	ライトグリーン	若葉
50点以上 55点未満	ライトブルー	湖
55点以上 60点未満	ピンク	花
60点以上 65点未満	グリーン	森林
65点以上 70点未満	ホワイト	雪
70点以上 75点未満	ブルー	青空
75点以上 80点未満	レッド	太陽
80点以上	ブラック	宇宙

第6条（採点方法）

採点方法は次のとおりとする。

1. 検定員は各種目に対し100点を満点として1点刻みで採点するものとする。
2. 採点の集計は、各検定員が採点した3種目の総合計を平均して出した点で評価するものとする。
3. 採点は各検定員の独自の判定によるものとする。ただし、検定開始当初は合議を認めるものとする。なお、採点の発表は即時掲示を原則とする。
4. 安全なスキー技術普及の観点から、転倒した場合1回の転倒に対して5点、停止ゾーンを著しく守らなかった場合5点の減点とする。
5. 検定員は、受験者が定められたスタート地点より低い地点からスタートした場合、5点から10点の範囲で減点を行うものとする。
6. 検定員は適切な斜面が確保できない場合、滑走バーンの難度により、5点を上限として採点を考慮することができる。
7. 「自然は誰にも平等である。」という考えから、検定員は受験者の性別、年齢、体力、その他により採点基準を変えないものとする。

第7条（安全な運営のための配慮）

- 1．使用する検定滑走バーンの確保については、必ず事前にスキー場のパトロールの許可を受けて実施するものとする。
- 2．検定滑走バーンの確保ができない場合、一般の滑走者に支障を与えないよう配慮し、一般滑走者との衝突やトラブルは避けなければならない。
また、停止ゾーンの目印にはスキーを使用しない。
- 3．検定員は、スタートの合図を行うとき、滑走バーンの安全を確認して行わなければならない。
- 4．受験者は、検定員からスタートの合図があっても、滑走バーン内に他の滑走者等が立ち入り、受験者の滑走に影響があると思われるときはスタートを遅らせることができる。
- 5．検定委員は受験者が斜面の安全性が確保できないと判断しスタートが遅れた場合、これを減点の対象にしてはならない。

付 則

1（改・廃）

本規程の改・廃は、全国常任理事会が行うものとする。

2（実施日）

本規程は1995年11月12日より実施する。

- ・ 1996年4月28日 一部改定
- ・ 2005年11月15日 一部改定
- ・ 2013年4月21日 一部改定