2027（令和9）年度　申込受付は通年

CHEER TUMBLING INSTRUCTOR LICENSE

チアタンブリング指導ライセンス

安全を判断できる指導者へ。

受講のご案内



3級	2級	1級
安全基礎	基礎	上級
3,300円	29,700円	49,500円

一般社団法人 チアタンブリング協会

WHY A LICENSE

指導の質は、
資格で証明する時代へ

チアリーディング／ダンスにおけるタンブリング指導は、一歩間違えれば重大な事故につながる分野です。

経験や感覚だけに頼った指導では、選手の成長を妨げるだけでなく、取り返しのつかないリスクを生む可能性があります。

指導者に求められるのは、「技ができること」ではなく、**安全に導ける理論と判断力**です。

本資格で得られるもの

安全管理・段階的指導・基礎構造の理解を体系化した、指導者のための資格制度です。現場で本当に必要な知識を、実践に落とし込める形で学びます。

- ✓ **安全を最優先**にした理論構造
- ✓ 基礎姿勢から技への**段階的理解**
- ✓ **正しい補助**方法の考え方
- ✓ 指導時の**リスク判断力**

2027年度からの変更点

- ✓ **2級・1級は、必ず対面で受講**していただきます。オンラインだけでは取得できません
- ✓ **認定試験は対面講習の当日**に行います。会場にお越しいただくのは1日だけです
- ✓ **3級（安全基礎）を新設**しました。15歳以上なら、指導者でなくても受講できます
- ✓ **2級・1級は更新制**になります

THREE CLASSES

3つの級と、その役割

難易度の違いではありません。**現場で担う役割**が違います。

3級

安全基礎

CLASS 3 / FOUNDATION

見て判断できる

3,300円

対象 15歳以上（高校生を含む）　**形式** オンデマンドのみ・来場不要　**試験** 確認テスト（合否なし）
発行 修了証

2級

基礎

CLASS 2 / BASIC

安全に「止める」判断ができる・教えられる

29,700円

対象 18歳以上　**形式** 事前オンデマンド＋対面講習（必須）　**試験** 対面講習の当日に実施
発行 認定

1級

上級

CLASS 1 / ADVANCED

なぜそうなるかを説明できる

49,500円

対象 2級の認定登録者　**形式** 対面講習（必須）・更新制　**試験** 対面講習の当日に実施
発行 認定

3級から2級へ進まれる方へ

3級の受講料3,300円は、3級の修了日から1年以内に2級を受講される場合、全額を2級の受講料に充当します。他の割引との併用はできません。

WHERE TO START

どの級から始めればよいですか

チームで指導している	補助に入ることがある アシスタント・高校生	選手本人・保護者
2級	3級	3級
選手に教え、補助に入る立場の方。3級を経由せず、直接お申し込みいただけます。	まず「危ない状態を見分けて止める」ところから。15歳以上なら受講できます。	指導はしないけれど、練習が安全かどうかを判断できるようになりたい方に。

※ 1級のカリキュラムは最終調整中です。確定版は教本発送時に正式にご案内します。

WHAT EACH CLASS CAN DO

級ごとに、できることが決まっています

CLASS 3 — FOUNDATION

3級は、自分のチームの練習を「安全な状態かどうか」判断するための級です。選手の身体に触れる補助、および技の技術指導は2級から行えます。

3級でできること

- 練習が安全な状態かどうか判断できる
- 危ないサインに気づける
- やってはいけない補助を見分けて止められる

3級ではできないこと

- × 選手の身体に触れる補助
- × 技の技術指導
- × いずれも**2級から**行えます

	3級	2級	1級
到達点	見て判断できる	教えられる・直せる	なぜそうなるか説明できる
技の話	どこが危ないかまで	どう教え、どう直すか	物理的根拠から設計する
身体接触	扱いません	対面の実技で扱います	同左
対象	15歳以上（高校生を含む）	18歳以上	2級の認定登録者
受講の要件	どなたでも受講できます	3級の取得は必要ありません	2級の取得が必要です

3級は「2級の前段」ではありません。**アシスタントコーチ・高校生・選手ご本人・保護者の方など、指導者でない方にも同じ安全基準を持っていただく**ための級です。現場にいる全員が同じ言葉で安全を語れる状態が、いちばん事故の起きにくい状態です。

CURRICULUM

カリキュラムの全体像

2級と1級は「難易度」ではなく「役割」が違います。

CLASS 2 / BASIC
2級

基礎 — 安全に「止める」判断ができる

1. **安全と指導者の基本姿勢**
   基礎身体能力／安全管理／コーチ像／基礎姿勢
2. **基礎技の構造理解と危険判断**
   回転原理／支持構造／倒立前転・ロンダート・バク転の危険判断
3. **段階的指導と実践設計**
   段階設定／エラー修正／ウォームアップ／基礎トレーニング
4. **基礎技の導入と指導**
   前転／後転／倒立／側転／FWO／BWO の段階的指導

REPRESENTATIVE SKILLS

ランジ姿勢／ブリッジ／前転／後転／倒立／側転／ロンダート／FWO／BWO

- ✓ 基礎技を安全な順序で教えられる
- ✓ 技の危険性を構造から判断できる
- ✓ 補助の要否と外し時を判断できる

CLASS 1 / ADVANCED
1級

上級 — なぜそうなるかを説明できる

CORE THEME

バイオメカニクス

技を「物理法則」として理解し、選手の身体特性に最適化する指導理論

A. **バイオメカニクスの基礎**
   力学的原理／運動連鎖／重心・回転・反力
B. **各技の運動分析**
   バク転／バク転連続／後方宙返り（ロンダート接続含む）
C. **段階的指導とエラー構造**
   フェーズ別アプローチ／構造的分析／優先修正基準
D. **補助・評価・指導者責任**
   スポッティング／進級判断／心理的メカニズム

REPRESENTATIVE SKILLS

バク転／バク転連続／後方宙返り（ロンダートからの接続技を含む）

- ✓ 高度技を物理的根拠から指導できる
- ✓ エラーの構造的原因を特定できる
- ✓ 選手個別に最適な指導を設計できる

※ 1級のカリキュラムは最終調整中です。確定版は教本発送時に正式にご案内します。

TEXTBOOK & LEARNING

教本と学びのプロセス

2級・1級ともに、現場に持ち帰れる、一冊の指導書。

01

写真・図解による視覚的理解

文字の説明に頼らず、写真と動作分解図で視覚的に理解できる設計。指導現場でそのまま参照できます。

02

技ごとの動作分析と判断基準

各技について、構造・危険性・指導判断を体系的に解説。「何を見て、どう判断するか」が明確になります。

03

現場運用のためのチェックリスト

巻末資料として実用ツールを収録。教本を閉じた後も、現場でそのまま活用できます。

学びは、3つの段階で進みます

1

教本を読む（ご自宅で）

お申し込みのあと、教本をお届けします。写真と動作分解図で、技の構造と危険性を視覚的につかみます。

2

事前オンデマンドを視聴する（ご自宅で）

座学は受講前にすませます。当日の8時間を、実演・補助法・質疑に使い切るためです。

3

対面講習で、実際に体を使う

補助の手の位置、力の加減、崩れたときの対応。文字と映像では届かないものを、その場で身につけます。

CLASS 2 TEXTBOOK

151ページ・6編21章

CLASS 1 TEXTBOOK

約138ページ（予定）

本資格は「技ができること」ではなく、
安全に判断できる指導者であることを示す認定制度です。

HOW IT WORKS

受講の流れ

2027（令和9）年度　2級・1級共通

1

受講申込

受付は通年です。8日程から受講する1回をお選びください。締切は、選んだ回の開催3週間前です。

お支払いはクレジットカード（Stripe）

2

教本と事前オンデマンドをお届け

入金の確認後、3週間以内にお届けします。教本は現場に持ち帰る指導書として、受講後もお使いいただけます。

3

対面講習（約8時間）＋ 当日に認定試験

プロコーチ2名・定員12名。実演と補助法、その場での質疑に時間を使います。試験は同じ日に行いますので、会場に来るのは1日だけです。

オンラインだけでは取得できません

4

合否の発表

受講の約1か月後に通知します。

5

認定登録料のお支払い

合格された方は、認定登録料3,300円（税込）をお納めください。

6

認定証・資格表示バッジの送付

認定登録の手続きを行なった方にお送りします。

会場にお越しいただくのは1日だけです。 2026年度までは、講習と試験で2回ご来場いただいていました。2027年度からは、認定試験を対面講習の当日に行います。

SCHEDULE

2027（令和9）年度　対面講習の日程

8回のうち、ご都合のよい1回をお選びください。**すべて日曜日**です。

回	開催日	曜日	申込締切
第1回	4月11日	（日）	3/21
第2回	4月25日	（日）	4/4
第3回	5月16日	（日）	4/25
第4回	5月30日	（日）	5/9
第5回	6月6日	（日）	5/16
第6回	8月8日	（日）	7/18
第7回	9月12日	（日）	8/22
第8回	9月26日	（日）	9/5

お申し込みについて

- 受付は**通年**です。年1回の一斉申込ではありません
- 締切は、選ばれた回の**開催3週間前**です
- 教本と事前オンデマンドは、入金確認後3週間以内にお届けします

当日について

- プロコーチ2名・**定員12名**
- 所要は約8時間です
- **認定試験は当日**に行います

チーム単位でのご受講

上記8日程へのご参加のほか、**協会のコーチがチームの会場に伺う出張講習**も承っています。日程はご相談のうえ決めます（3名から）。詳しくはチーム向けのご案内をご覧ください。

FOR TEAMS

チーム単位で、
安全な指導力を。

コーチ一人ひとりの判断力を底上げし、チーム全体で基準をそろえます。

チアリーディングチーム　チアダンスチーム　体操教室　アクロバット教室　バク転教室

PLAN 1

8日程に参加

チームのコーチが、年8回の対面講習から都合のよい回に参加します。少人数のチーム向け。

受講料

29,700円／名

PLAN 2

出張講習

協会のコーチがチームの会場に伺い、まとめて実施します。日程はご相談のうえ決めます。

受講料

29,700円／名 ＋ 実演・補助法クリニック（定額）

実演・補助法クリニック

- 2級の講習に**上乗せ**できます。特定の技の指導法・補助法・段階づけを、半日〜1日でじっくり扱います
- 〜12名 **55,000円**／13〜20名 **75,000円**（定額・交通費は実費を別途）
- **人数が増えても料金は変わりません**

3級のチーム一括

- アシスタント・選手・保護者まで含めて、**チーム全員に同じ安全基準**を持たせられます
- 10名以上で **2,200円／名**（通常3,300円）
- オンラインのみ・15歳以上

実施について

- ✓ 出張は3名から承ります
- ✓ 協会手配・チーム手配のいずれも可能です（協会手配の場合は会場費を実費で別途）
- ✓ **2級・1級はオンラインでは取得できません。**出張講習も対面で実施します

チーム講習のお申し込み・お問い合わせ

チーム名・人数・ご希望のプラン・ご希望日をお知らせください。日程と内容のご相談、お見積りは無料です。

cheer.tumbling.association@gmail.com

RENEWAL

更新制度について

2級・1級は更新制です。資格を取って終わりにせず、学び続けていただくための仕組みです。

級	年会費	備考
2級	5,500円／年	初年度は受講料に含まれます（2年目から）
1級	11,000円／年	更新の要件に年次研修の受講が入ります

※ 3級は修了証のため、更新はありません。　※ 更新手続を行わない場合、資格は失効します。

FEE

受講料一覧

区分	金額（税込）	内訳
3級 受講料	3,300円	オンデマンド全12章・テキスト78ページ・確認テスト・修了証
3級 チーム一括（10名以上）	2,200円／名	同上
2級 受講料	29,700円	教本・事前オンデマンド・対面講習・認定試験
2級 認定登録料	3,300円	合格者のみ。認定証・資格表示バッジ
2級 年会費（2年目〜）	5,500円／年	更新
1級 受講料	49,500円	教本・対面講習・認定試験
1級 年会費	11,000円／年	更新（年次研修を含む）
実演・補助法クリニック（〜12名）	55,000円	定額。交通費は実費を別途
実演・補助法クリニック（13〜20名）	75,000円	定額。交通費は実費を別途

3級から2級へ進まれる方へ

3級の受講料3,300円は、3級の修了日から1年以内に2級を受講される場合、全額を2級の受講料に充当します。他の割引との併用はできません。

※ お支払いはクレジットカード（Stripe）です。　※ 受講者都合による返金はいたしかねます。

FAQ

よくあるご質問

Q　3級を受けないと2級は受けられませんか。

いいえ。2級はどなたでも直接お申し込みいただけます。3級は、指導者以外の方にも同じ安全基準を持っていただくための級です。

Q　オンラインだけで2級の資格は取得できますか。

できません。2級・1級は必ず対面講習を受けていただきます。安全を担保するには、実際の動きを見て、その場で質疑を交わすことが欠かせないためです。

Q　試験はいつ行いますか。

対面講習の当日に行います。会場にお越しいただくのは1日だけです。

Q　不合格になった場合はどうなりますか。

再試験は実施しません。改めてお申し込みのうえ、別の回をご受講ください。

Q　3級は未経験でも大丈夫ですか。

はい。15歳以上であればどなたでも受講できます。アシスタントコーチの方、選手ご本人、保護者の方も対象です。

Q　申込はいつでもできますか。

はい。受付は通年です。8日程の中から、ご都合のよい回をお選びください。

Q　チーム単位で申し込めますか。

はい。8日程へのご参加のほか、協会のコーチがチームの会場に伺う出張講習も承っています（3名から）。3級はチーム一括（10名以上）で1名2,200円です。

Q　特定の技だけ（バク転など）の講習はできますか。

実演・補助法クリニックとして承ります。安全の土台を重視するため、2級の講習とセットでのご提供です。

お申し込み・お問い合わせ

受講を申し込む
2級・1級

資料請求
無料

公式サイト
3級のお申し込みもこちら

一般社団法人 チアタンブリング協会　cheer.tumbling.association@gmail.com

https://licence.cheer-tumbling.jp/