

## プロテスト合格判定基準

下記基準に十分留意して、プロテストの準備をしてください。

判定基準	チェック項目
<b>①基本姿勢</b> バランス スタンス 顎（あご）の位置	<input type="checkbox"/> 正面を向きすぎているか <input type="checkbox"/> しっかりオンガードポジションをとっているか <input type="checkbox"/> あごが上がっていないか
<b>②基本的な打ち方</b> ジャブ 左ストレート 右ストレート ワン・ツー コンビネーション・連打 その他のパンチ	<input type="checkbox"/> ナックルが正確に相手にヒットしているか <input type="checkbox"/> ジャブを打っているか <input type="checkbox"/> ワン・ツーを正確に打てるか <input type="checkbox"/> ワン・ツーから連打できるか <input type="checkbox"/> フック <input type="checkbox"/> ボディーブロー <input type="checkbox"/> アッパー
<b>③フットワーク</b>	<input type="checkbox"/> スタンスの位置は一定しているか <input type="checkbox"/> 足がそろわずフットワークしているか <input type="checkbox"/> ステップインして打てるか
<b>④ディフェンス</b> パーリング・ストッピング ヘッドスリップ ウィービング ダッキング 他	<input type="checkbox"/> 同じパンチを何度も受けていないか <input type="checkbox"/> パンチを受けてあごを跳ね上げないか <input type="checkbox"/> パンチに対して横や、下を向かないか <input type="checkbox"/> 目をつぶらないか
<b>⑤スタミナ</b> スタミナ 手数	<input type="checkbox"/> 手数が少なくないか <input type="checkbox"/> 後退が多くロープを背負っていないか <input type="checkbox"/> 口が空いていないか
<b>⑥反則</b> オープンブロー バッティング その他	<input type="checkbox"/> ナックルが正確に相手にヒットしているか <input type="checkbox"/> 攻撃時に頭を持っていかないか <input type="checkbox"/> 防御時に頭を持っていかないか
<b>⑦その他</b>	<input type="checkbox"/> 耐久力 <input type="checkbox"/> スピード <input type="checkbox"/> パワー <input type="checkbox"/> レフェリーの指示に従っているか