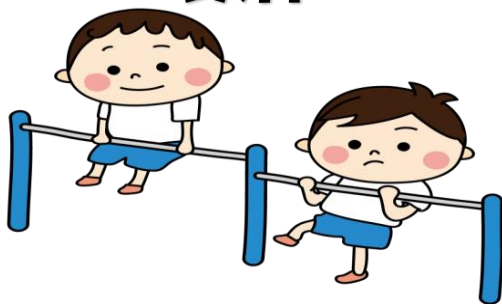
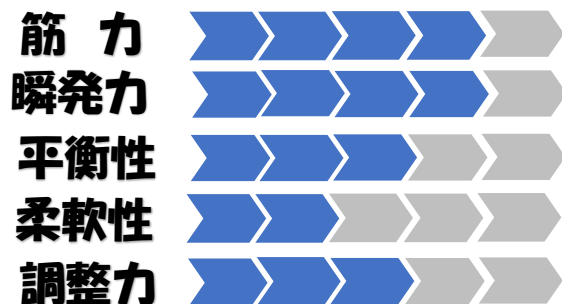


鉄棒



鉄棒で育つ能力



中級レベル

11級	<input type="checkbox"/>	足かけ 上がり	15級	<input type="checkbox"/>	両足 逆上がり
12級	<input type="checkbox"/>	後ろ回り (ひざ伸ばし)	16級	<input type="checkbox"/>	坂付き両足 逆上がり(低)
13級	<input type="checkbox"/>	後ろ回り (ひざ曲げ)	17級	<input type="checkbox"/>	坂付き両足 逆上がり(中)
14級	<input type="checkbox"/>	支持 スイング	18級	<input type="checkbox"/>	坂付き両足 逆上がり(高)

基礎レベル

19級	<input type="checkbox"/>	逆上がり	27級	<input type="checkbox"/>	つばめ お布団
20級	<input type="checkbox"/>	坂付き 逆上がり(低)	28級	<input type="checkbox"/>	足抜き 尻上がり
21級	<input type="checkbox"/>	坂付き 逆上がり(中)	29級	<input type="checkbox"/>	つばめ
22級	<input type="checkbox"/>	坂付き 逆上がり(高)	30級	<input type="checkbox"/>	足抜き回り
23級	<input type="checkbox"/>	前回り ぶら下がり	31級	<input type="checkbox"/>	豚の丸焼き (肘曲げ)
24級	<input type="checkbox"/>	肘曲げ ぶら下がり (10秒)	32級	<input type="checkbox"/>	豚の丸焼き
25級	<input type="checkbox"/>	肘曲げ ぶら下がり (5秒)	33級	<input type="checkbox"/>	ぶら下がり (15秒)
26級	<input type="checkbox"/>	前回り下り	34級	<input type="checkbox"/>	ぶら下がり (10秒)