

# リコチャン

## 検定

受検方法は

オフライン オンライン

の2Way

### オフライン検定

2025年3月29日(土) @浦和駒場スタジアム

- 実施級：7級・6級 ● 受検資格：小学生以上の方
- 申込（先着350名）：(公財)市スポーツ協会 WEB より  
<https://www.saitamacity-sports.or.jp>
- 申込締切：3月23日(日) ● 受検料：2,200円



※申込者多数の場合、締切日前でも定員になり次第受付を終了する場合があります。

### オンライン検定

2025年4月申込開始

- 実施級：7級・6級
- 申込：(公財)市スポーツ協会 WEB より  
<https://www.saitamacity-sports.or.jp>



※オフライン検定を受検された方もオンライン検定を受検することができます。 ※後日詳細を発表

- 努力の証明・可視化
- ステップアップモチベーション
- スポーツのDX化
- 体幹強化や身体能力の向上
- スポーツの実技でライセンスを獲得

7～1級の7段階を制覇しよう！

WEBサイトのお手本動画を見て習得し、その通り成功させよう！

希望者はさいたま市スポーツ協会より学校や所属先、少年団に通知し表彰

サッカーの基礎技術でもあるリフティングを習得し、  
段階的に級を獲得して、自分への誇りと身体能力を高めよう！  
未経験者でも努力次第でサッカー部に勝てるかも！？

主催



公益財団法人  
さいたま市スポーツ協会

後援



さいたま市  
さいたま市サッカー協会

協力

(一社)日本フリースタイルフットボール協会  
コペンハーゲンズデザイン株式会社

お問い合わせ先

TEL: 048-851-6250 FAX: 048-851-6253  
メール: info@saitamacity-sports.or.jp

スポーツCLUB





## がんばって実技検定に合格する！

目標を設定し、自己の努力を可視化することで、スポーツを始める入り口やサッカーの基礎技術習得として、個のレベルアップや自分に対するモチベーション向上を促すとともに、対外的・客観的・定量的な評価を得ることで、大人にも子供にも夢と笑顔を生み出し、地域を活性化しながら新たなコミュニティを作り出すことを目的としています。普段は「みるスポーツ」の場としてJリーグ等で使用される競技場でトライすることで、トップアスリートと同じ場所で「するスポーツ」を体験できる、新たなスポーツ機会の場を創出し、「サッカーのまち さいたま」としてスポーツのまちづくりを推進するものです。

市民のスポーツ機会およびサッカーの基礎技術の向上と、自らの努力の可視化や対外的な証明として、リフティング技術を体系化した”リフティング検定”を実施！  
誰でも受検でき、家族で一緒に練習したり、友人やグループで切磋琢磨し、競い合ったりして楽しんで頂けます。



### リフティング検定とは？

スポーツ界には数少ない実技検定であり、特に若年層ではなかなか獲得する機会のない「ライセンス」を、フットボールを活用して設定し、市民に「誇り」や「ステップアップモチベーション」を生み出す。(オフライン検定とオンライン検定の検定メニューは同じ)



### 参加するメリットは？

日々リフティングトレーニングに取り組むことで、体幹強化や神経発達の育成など、心身両面にもメリットがあり、健康的な生活や身体能力の向上にも貢献する。また、合格者のうち希望者は所属先や学校、少年団等に通知し、“努力を褒められる”経験を享受できる



### こんな効果も生み出す

「スポーツのDX化」にも取り組み、①実地でのオフライン検定②WEBや動画を活用してのオンライン検定の2WAYで実施。スポーツの地域・距離格差問題の解消や、外出しにくい方などにもスポーツ機会を提案するなど、市民のスポーツ&DX機会も創出する。



### 申込方法および特典

オフライン検定は参加証や特別な合格証もあり！

詳細・お申し込みは、オフライン・オンライン検定どちらも、さいたま市スポーツ協会 WEB サイトより (<https://www.saitamacity-sports.or.jp>)

