

合格条件

- 受検する級はいかなる級でも構わない。(例)5級を受検するために6級に合格している必要はない。
- 試技開始後(ボールを投げ始めた後)は級の変更及びやり直しを不可とする。
- 一回の受検は原則5分以内に終わらせなければならない。ただし、判定確認のためにビデオ審査が入った場合、その時間は含まない。
- 行う試技(必須技・選択技)の順番は問わない。ただし、受検時は試技を行う前に技名を審査員に伝えること。
- 受検の最中に実施する選択技を変更することは可能とする。
- 各級は「必須技2種類」および「任意の選択技2種類」をクリアして合格とする。
- 技への入り方は問わない(条件に含まれる場合を除く)。
- 道具はボールのみ可とする(球状、もしくはお手玉のような形状も可)。また、ボールはすべて自分で用意すること。
- 合計5回目の失敗で検定は終了となり、不合格となる。また、投げ直しは失敗とみなす。(10級は3回目の失敗で検定は終了)
- 地震等・外部的要因で失敗した場合は審査員の判断で再挑戦が可能になる。
- 審査員への抗議は原則不可である。

以下、合格条件の表現方法について

- 継続技で投げ方が常に同じものは両手の合計の「キャッチ数」で合格基準を表す。
- サイトスワップ表記の技は「周期数」で合格基準を表す。
- 継続技は規定数を超えた時点で合格とする。
- 単発技の場合は「回」で表す。
- 単発技は基本形に始まり、基本形に戻って「ジャグリング」をする必要がある。(3ボールならカスケード6キャッチ、4ボールならファウンテン系で8キャッチ)
- 単発技を複数回行う場合にジャグリングの動作を止めてはいけない。(2イン1ハンド、3イン1ハンドを除く)
- スタート技においては基本形に入ってからジャグリングを行って合格とする。
- フィニッシュ技においては基本形でジャグリングを行ってから技を実施する。

各技における注意点

10級

- (1)カスケード (3ボール) (10キャッチ) (継続技)
・キャッチされるボールが身体の外側、投げ出すボールの位置は内側であること。

9級

- (1)カスケード (3ボール) (30キャッチ) (継続技)
・10級のカスケードと同様。

- (2)オーバー・ザ・トップ (3ボール) (左右各1回) (単発技)
・カスケードに対して技の対象となる一つのボールが外側で投げられ、外側でキャッチして成功とする。
・サイトスワップ : 3

- (3)アンダー・ジ・アーム (3ボール) (左右各1回) (単発技)
・技の対象となるボールを投げる際はその腕が反対の腕と交差し、かつ下側から投げていること。
・サイトスワップ : 3

- (4)2イン1ハンド (2ボール) (左右各10キャッチ) (継続技)
・キャッチする瞬間のボールが身体の外側、投げ出すボールの位置は内側であること。
・サイトスワップ : 40

- (5)1アップ (3ボール) (左右各1回) (単発技)
・技に入る前のカスケードで投げていた高さの2倍以上の高さで投げること。
・サイトスワップ : 522

- (6)カスケード回転 (3ボール) (1回転) (継続技)
・カスケードをしながらその場で身体を一回転させる。
・6キャッチ以上かけて身体を一回転させること。
・回転方向はどちらか一方で構わない。

8級

- (1)カスケード (3ボール) (50キャッチ) (継続技)
・10級のカスケードと同様。

- (2)ハーフシャワー (3ボール) (左右各5周期) (継続技)
・外側から投げるボールと内側から投げるボールが正しい関係性であること。
・サイトスワップ : 3

- (3)アンダー・ザ・レッグ (3ボール) (左右各1回) (単発技)

- ・技の対象となるボールが、投げる手と同じ方の脚の下を通っていること。
- ・足の下でキャッチしてはいけない。
- ・サイトスワップ：3

(4)423 (3ボール) (4周期) (継続技)

- ・投げ方は問わない。
- ・実際のキャッチ数は8キャッチで合格。(2を含まない場合)
- ・サイトスワップ：423

(5)キックアップスタート (3ボール) (左右各1回) (スタート技)

- ・足の甲にのせたボールを蹴り上げてカスケードに入る。
- ・技から「ジャグリング」をして合格とする。

(6)クローキャッチカスケード (3ボール) (10キャッチ) (継続技)

- ・常に手の甲を上に向けたまま上からボールを掴み取ってカスケードを行う。

7級

(1)カスケード (3ボール) (100キャッチ) (継続技)

- ・10級のカスケードと同様。

(2)ジャグラーズテニス (3ボール) (12キャッチ) (継続技)

- ・外側から投げるボールと内側から投げるボールが正しい関係性であること。
- ・サイトスワップ：3。

(3)ビハインド・ザ・バック (3ボール) (左右各1回) (単発技)

- ・技の対象となるボールは背中側から肩より上の高さまで投げて前方に戻ってくる
- こと。
- ・サイトスワップ：3

(4)1アップ2アップ (3ボール) (5周期) (継続技)

- ・投げ方や形は問わない。
- ・サイトスワップ：(4,4) (4,0)の他に(4x,4)(4x,0)や(4x,4x)(4x,0)でも構わない。

(5)フラッシュ1クラップ (3ボール) (左右各1回) (継続技)

- ・全てのボールを投げ上げ一回手を叩く。
- ・サイトスワップ：55500。

(6)オールリリーススタート (3ボール) (1回) (スタート技)

- ・片手に全てのボールを持ち、一度に投げ上げてカスケードに入る。

6級

- (1)ファウンテン（4ボール）（10キャッチ）（継続技）
 - ・内側から投げて外側でキャッチすること。
 - ・サイトスワップ：4。
- (2)リバースカスケード（3ボール）（20キャッチ）（継続技）
 - ・カスケードに対して全てのボールを外側から投げて内側でキャッチする技。
 - ・サイトスワップ：3
- (3)ウィンドミル（3ボール）（10キャッチ）（継続技）
 - ・全てのボールが一方方向に円を描くように軌道で投げること。
 - ・腕をクロスして投げ出す際は腕の下から。
 - ・サイトスワップ：3
- (4)ボックス（3ボール）（4周期）（継続技）
 - ・キャッチ数にして16キャッチ。
 - ・サイトスワップ：(4,2x)(2x,4)
- (5)1アップハーフトーン（3ボール）（1回）（スタート技）
 - ・投げる手、取る手、回る方向のいずれも問わない。
- (6)ボディバウンス（3ボール）（各1回）（単発技）
 - ・手の甲→ひじ→腕の順番を変更することはできない。
 - ・連続で行う必要はない。
 - ・それぞれ1回ずつ行う。
 - ・左右どちらで技を行っても良い。

5級

- (1)ファウンテン（4ボール）（30キャッチ）（継続技）
 - ・6級「ファウンテン」に同じ
- (2)シャワー（3ボール）（20キャッチ）（継続技）
 - ・任意の方向で行う。
 - ・両手でのキャッチ数をカウントし、周期数にして10周期。
 - ・サイトスワップ：51
- (3)ミルズメス（3ボール）（5周期）（継続技）
 - ・サイトスワップ：3
- (4)441（3ボール）（6周期）（継続技）
 - ・キャッチ数にして18キャッチ。
 - ・サイトスワップ：441
- (5)ネックキャッチ（3ボール）（1回）（フィニッシュ）

- ・カスケードから入ること。
- ・左右のどちらの手から投げても構わない。
- ・ネックキャッチの状態をボールを3秒静止すること。

(6)逆方向シャワー (3ボール) (20キャッチ) (継続技)

- ・同5級必須技のシャワーを反対方向で行う。
- ・両手でのキャッチ数をカウントし、周期数にして10周期。
- ・サイトスワップ : 51

4級

(1)ファウンテン (4ボール) (50キャッチ) (継続技)

- ・6級「ファウンテン」に同じ。

(2)シンクロファウンテン (3ボール) (30キャッチ) (継続技)

- ・周期数にして15。
- ・サイトスワップ : (4,4)

(3)オーバーヘッドカスケード (3ボール) (20キャッチ) (継続技)

- ・肘の位置を肩と同じかその上に保つこと。
- ・サイトスワップ : 3

(4)531 (3ボール) (4周期) (継続技)

- ・投げ方は問わない。
- ・キャッチ数にして12キャッチ。
- ・サイトスワップ : 531

(5)1アップピリエット (3ボール) (1回) (単発技)

- ・投げだす手はどちらでも構わないがキャッチする手は異なること。
- ・回る方向は問わない。
- ・サイトスワップ : 522

(6)ビハインドキャッチ (3ボール) (左右各1回) (単発技)

- ・身体の前方で投げたボールが肩を超えて背面でキャッチすること。
- ・サイトスワップ : 3

3級

(1)ファウンテン (4ボール) (100キャッチ) (継続技)

- ・6級「ファウンテン」に同じ

(2)ハーフシャワー (4ボール) (5周期) (継続技)

- ・サイトスワップ : 53 または (4x,4x)

(3)ペンギン (3ボール) (6キャッチ) (継続技)

- ・肘を身体の外側に向けてボールをキャッチすること。
- ・サイトスワップ : 3

(4)53 (4ボール) (10周期) (継続技)

- ・左右の高さをつけて(4x,4x)と違いをつけること。

(5)3UPハーフトーン (3ボール) (1回) (単発技)

- ・ボールの投げ始め、身体の回転させる方向は問わない。

(6)変形ファウンテン (4ボール) (20キャッチ) (継続技)

- ・投げ方を変えることでファウンテンとシンクロファウンテン以外の形で以下のサイトスワップを満たすこと。

- ・サイトスワップ：4もしくは(4,4)や(4x,4x)

2級

(1)カスケード (5ボール) (30キャッチ) (継続技)

- ・5ボールにて10級「カスケード」に同じ。

(2)シャワー (4ボール) (30キャッチ) (継続技)

- ・一方方向のみの実施。
- ・サイトスワップ：71

(3)ビハインド・ザ・ネック (3ボール) (左右各1回) (単発技)

- ・技の対象となるボールの軌道の頂点は頭頂部より下でなければならない。
- ・連続で行う必要はない。
- ・サイトスワップ：3

(4)534 (4ボール) (5周期) (継続技)

- ・投げ方は問わない。
- ・キャッチ数にして15キャッチ。
- ・サイトスワップ：534

(5)マルチプレックスカスケード (5ボール) (10周期) (継続技)

- ・投げ方は問わない。
- ・サイトスワップ：[54]22

(6)キャリー (3ボール) (10キャッチ) (継続技)

- ・下にある手の投げる方向がカスケードと同じでなければならない。
- ・キャッチ数は両手共にカウントする。

1級

(1)カスケード (5ボール) (100キャッチ) (継続技)

- ・2級「カスケード」に同じ。

(2)ハイローシャワー (4ボール) (3周期) (継続技)

- ・一方方向のみで構わない。
- ・サイトスワップ：9151

(3)バッククロス (3ボール) (10キャッチ) (継続技)

- ・ビハインド・ザ・バックを続ける。
- ・サイトスワップ : 3

(4) (6x,4) (4,6x) (5ボール) (6周期) (継続技)

- ・サイトスワップ : (6x,4) (4,6x)
- ・両手のキャッチ数にして24キャッチ。
- ・投げ方は問わない。

(5)3アップピルエット (3ボール) (1回) (単発技)

- ・投げだす手はどちらでも構わないがキャッチする手は異なること。
- ・回る方向は問わない。
- ・サイトスワップ : 55500

(6)3イン1ハンド (3ボール) (左右各10キャッチ) (継続技)

- ・投げ方は問わない。
- ・サイトスワップ : 60