

明治150年記念平成30年度全日本少年少女武道(少林寺拳法)錬成大会

規定単独基本演武内容

見習い～7級の部

結手構え→ コート中央へ移動して結手構で待機する。

合掌礼→ 正面に礼をする。

(1) 上段振り突6回 (開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)

→ 開足中段構えになり、上段振り突を右拳より6回行う。

※ 「元気な気合い」を出す。

(2) 中段蹴上6回 (開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)

→ 続けて、右足より中段蹴上を6回行う。

※ 「元気な気合い」を出す。

(3) 内受6回 (開足中段構えより)

→ 振り突の要領で行う

→ 体重移動を明確にする

※ 「元気な気合い」を出す。(「含み気合い」でも可)

(4) 上受6回 (開足中段構えより)

※ (3) 内受6回と同じ要領で行う。

(5) 天地拳第一系 (左中段構えより)

→ **1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。**

※ 号令2、7で「元気な気合い」を出す。

(6) 龍王拳第一系 (右中段構えより)

→ **1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。**

※ 号令2、4、5、7で「元気な気合い」を出す。

合掌礼→ 正面に礼をする。

結手→ 演武終了後、もとの位置へ戻る。

【注意事項】

以下①～③の場合は、受賞対象外とします。

① 上記内容の順番を間違えた。

② 指定された科目を行わなかった。

③ 指定された科目以外を行った。

以上

明治150年記念平成30年度全日本少年少女武道(少林寺拳法)錬成大会

規定単独基本演武内容

6～5級の部／4級の部(共通)

結手構え→ コート中央へ移動して結手構で待機する。

合掌礼→ 正面に礼をする。

(1) 内受突 6回 (開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)

→ 開足中段構えになり、内受突を右手受けより6回行う。

※ 「元気な気合い」を出す。

(2) 上受蹴 6回 (開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)

→ 開足中段構えになり、上受蹴を右手受けより6回行う。

※ 「元気な気合い」を出す。

(3) 天地拳第一系 (左中段構えより)

→ 1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。

※ 号令2、7で「元気な気合い」を出す。

(4) 龍王拳第一系 (右中段構えより)

→ 1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。

※ 号令2、4、5、7で「元気な気合い」を出す。

(5) (6) 義和拳第一系 (左中段構えより前後行う ※前後を各一構成とする)

→ 1～6までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。

※ 号令2、4で「元気な気合い」を出す。

合掌礼→ 正面に礼をする。

結手→ 演武終了後、もとの位置へ戻る。

【注意事項】

以下①～③の場合は、受賞対象外とします。

- ① 上記内容の順番を間違えた。
- ② 指定された科目を行わなかった。
- ③ 指定された科目以外を行った。

以上

明治150年記念平成30年度全日本少年少女武道(少林寺拳法)錬成大会

規定単独基本演武内容

3～1級の部

結手構え→ コート中央へ移動して結手構で待機する。

合掌礼→ 正面に礼をする。

- | |
|--|
| (1) 上中二連突 6回(開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)
→ 開足中段構えより、上中二連突を右順突より左右交互に計6回行う。
※ 「元気な気合い」を出す。 |
| (2) 上中蹴三連攻 6回(開足中段構えより始めて、開足中段構えに戻る)
→ 開足中段構えより、上中蹴三連攻(上段順突、中段逆突、直蹴)を
右順突より左右交互に計6回行う。
※ 「元気な気合い」を出す。 |
| (3) 天地拳第二系(左一字構えより)
→ 1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。
※ 号令2、3、5、7で「元気な気合い」を出す。 |
| (4) 天地拳第三系(左一字構えより)
→ 1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。
※ 号令3、5、7で「元気な気合い」を出す。 |
| (5) 義和拳第二系(左中段構えより一方向のみ行う ※一方向を一構成とする)
→ 1～7までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。
※ 号令3、5で「元気な気合い」を出す。 |
| (6) 龍王拳第一系(右中段構えより)
→ 1～8までの順番を単演基本法形の号令通りに行う。
※ 号令2、4、5、7で「元気な気合い」を出す。 |

合掌礼→ 正面に礼をする。

結手→ 演武終了後、もとの位置へ戻る。

【注意事項】

以下①～③の場合は、受賞対象外とします。

- ① 上記内容の順番を間違えた。
- ② 指定された科目を行わなかった。
- ③ 指定された科目以外を行った。

以上