



## 第8回 伝統型試合のお知らせ

本年も恒例の第8回目になる伝統型試合をとり行なうことになりました。体力・技術を競う組手試合に対し、型試合の意義は、技の正確さと美しさ、緩急と強弱、目付けと呼吸、気迫(気合い)、立ち居振る舞いと礼節、精神の集中力を披露するところにあります。型の演武を通し、空手の真髄に触れて欲しいと思います。

- 主催 日本武道空手道連盟 空手塾
- 日時 平成29年11月 5日(日曜日) 午前10時受付、10時30分開始
- 場所 大阪市中央体育館 地下剣道場(畳を敷いて行います)  
大阪市 港区 田中3丁目1-40 TEL(06)6576-0800  
地下鉄中央線 朝潮橋駅下車徒歩3分 お車なら阪神高速 大阪港線「天保山」出口より約5分
- 参加料 1種目3,000円(追加1種目につき二千元。最大ひとり4種目を上限とします)
- 演武型 ①太極Ⅰ ②平安Ⅰ ③平安Ⅱ ④平安Ⅲ・平安Ⅳ・平安Ⅴから選択  
⑤安三 ⑥自由型A(撃塞大/撃塞小/突きの型/最破から選択)⑦自由型B(臥龍/十八/征遠鎮から選択)  
⑧自由型C(観空/五十四歩から選択)⑨シニアの部(65歳以上、極真のすべての型から選択。このクラスのみ旗判定ではなく得点制とします。) 以上9種目
- 参加資格 幼児・小学生から一般部・壮年部まで老若男女すべて。上記のうち①、②、③は初心と初級と上級の3つに分け、④～⑧は初級と上級の2つに分け、都合17クラスのトーナメントとなる予定。  
壮年(40歳以上の方)の参加者が4人以上あれば若年のクラスと分離致します。  
初心とはおおむね白帯・オレンジ帯を、初級とはおおむね黄帯まで。上級とは緑帯以上を目安とします。
- 競技形式 1対1で同時に演じます。主審を含め3人の旗判定を採ります。本戦が引分けた場合、同じ型で延長戦を1回行います(マストシステム)。勝者は2回戦へ上がります。表彰は上位選手にメダルを贈呈し、賞状は優勝者にのみ授与します。
- 締め切り 平成29年 9月27日(水) 必着
- 申込み送付先 空手塾 奈良道場 事務局 〒631-0045 奈良市千代ヶ丘1-8-21  
TEL&FAX(0742)44-0870 メール: [new-world93@qd6.so-net.ne.jp](mailto:new-world93@qd6.so-net.ne.jp)

参加料は振り込みでも結構です➡「ゆうちょ銀行 記号:14110 番号:20387781 田前純三」

キリトリ

### 空手塾 主催 第8回 伝統型試合(2017/11/5) 参加申込書

フリガナ	性別	生年月日			年齢(大会当日)			
氏名	男・女	昭和・平成	年	月	日	歳		
住所 〒		電話番号		希望するクラス(○で囲む) 初心・初級・上級				
所属道場および支部名 (○○会館△△支部) 極真会館浜井派愛知石川道場			修業年数 年 月		級位および帯の色 級・段 帯			
型試合の出場歴 (丸で囲む) 無、1回、2回、3回、4回以上			型試合の主な入賞歴					
出場する型 (○で囲む)	太極Ⅰ	平安Ⅰ	平安Ⅱ	平安Ⅲ・Ⅳ・Ⅴ	安三	自由型 A	自由型 B	自由型 C
(計 _____ 種目 _____ 円を同封して申し込みます)								

保護者名(未成年者のみ): \_\_\_\_\_ 印

## 【空手塾型試合 動作基準】

- ① 礼 腕の十字切りを大きくしっかりと行なう。拳の高さと向きに注意する。
- ② 黙想 結び立ちにて、手は綺麗に揃える。
- ③ 息吹 気を丹田に集中させ、口先ではなく波動の響き音を出すこと。
- ④ 直れ 結び立ちにて手を揃える(十字を切る形でも良い) ※流派によって作法が違ってても減点はしない
- ⑤ 休め 十字を切りながら、結び立ちから自然体(不動立ち)になる
- ⑥前屈立ち 足幅は肩幅、前後は肩幅の2倍。前足の膝は構えている自分の目から足のつま先が見えない角度。後ろ足は真っ直ぐに伸ばしカカトは浮かせない。
- ⑦下段払い 予備動作の金的ガード、耳横から大きく払う。払った肘は真っ直ぐ伸ばす。
- ⑧引き手 脇の下高くにしっかりと引く。拳はしっかりと握る。
- ⑨中段突き 運び足と突きの極めが力強く同調していること。突いた肘は曲げない。
- ⑩猫足立ち 前足のカカトはしっかりと引き上げ、腰を落とす。前足と後ろ足の間は1足分。
- ⑪上段受け 受けはひたいの高さで肘が下がらない。
- ⑫手刀受け 手刀の親指は人差し指の付け根に引き付けて、それ以外の4本の指は開かない。
- ⑬後屈立ち 前足のカカトは引き上げ、前足3割、後ろ足7割の体重配分。足の間隔は2足分。
- ⑭騎馬立ち 足幅は肩幅の2倍で、足先は開かない。腰を落とすが前傾にならず、体軸は垂直。
- ⑮前蹴り 中足をしっかりと返し上段を蹴る(自分より大きな相手を想定する)
- ⑯足刀(横蹴り) 親指をしっかりと返し、上段へ力強い瞬発的な蹴込みを行なう。引き手は離さない。
- ⑰掛け足立ち 両足を離れずにしっかりと交差させ、送り足のカカトは上げて中足で立つ。グラつかない。
- ⑱回し受け 大きな円を描き、素早く回す。掌底の向き、手首の角度に注意。
- ⑲総合 技の正確さ、力強さが大切である。軸のバランス、腰の安定、重心の移動。  
緩急・高低・強弱の区別をつける。目付け(仮想の敵を追う)。  
相手を想定し、気迫をあふれさせる。

(この動作基準は極真会館滋賀県河西道場の型試合の基準を参考させていただきました)

## 【試合場の作法について】

- ① 名前を呼ばれたら 十字を切って「押忍」と返事・礼をして試合場に入り、開始線に立ちます。
  - ② 主審が「正面に礼、お互いに礼」と声をかけます。続いて主審が「黙想！」と言えば、結び立ちになり手を合わせて黙想します（黙想は行わなくても可）。
  - ③ 主審が型の名前を告げ「平安Ⅰ、よう〜い」と言えば、大きく十字を切りながら内八の字立ちで息吹を行ないます（息吹は行わなくても可）。
  - ④ 主審が「はじめ！」と言えば、ふたり同時に型を行ないます。  
要所要所で気合を入れてください。
  - ⑤ 終わればそのままの姿勢で残心しながら待ち、主審の「なおれ」で手を合わせながら結び立ちになり戻ります（「なおれ」で不動立ちで十字を切る形に戻るのも可）。 「休め」と言われれば、足を肩幅に開き、不動立ちで待ちます。
  - ⑥ 主審が「判定とります」と声をかけ、副審2名と計3名で同時上げ判定となります。
  - ⑦ 引分けの場合は、再度試技を行ないます。延長戦はマストシステムです。
- ※ 型の演武を中断し、最初に戻ることは失格とします（初心クラスのみやり直しは一度だけ可）。
- ※ 型の順番間違い、飛ばしてしまうことは減点となります。
- ※ なお、流派、道場によって作法・形式が異なる場合も考えられますが、違うからといって減点の対象になることはなく、あくまで技の完成度・美しさ・力強さを観点に判定致しますので、ご安心ください。
- ※ なお、空手塾の型の動作は、極真会館大山総裁ご存命時代のビデオを原典にしております。

以 上