

# 基本組手技一覧

## 拓心武道空手

1) 突き技		3) 蹴り技	
1-1	順上段直突き	3-1	前蹴上げ(前屈立ち)
1-2	逆上段直突き	3-2	横蹴り(平行立ち)
1-3	順上段力ギ突き	3-3	上段後ろ蹴り(平行立ち)
1-4	逆上段力ギ突き	3-4	逆上段回し蹴り(その場移動/前3本移動)
1-5	順中段力ギ突き	3-5	逆上段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
1-6	逆中段力ギ突き	3-6	逆中段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
1-7	順上段下突き	3-7	逆中段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-8	逆上段下突き	3-8	逆上段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-9	順中段下突き	3-9	順上段回し蹴り(その場移動/前3本移動)
1-10	逆中段下突き	3-10	順上段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
1-11	逆上段突き込み	3-11	順中段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
1-12	順上段突き込み	3-12	順中段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-13	上段追い直突き	3-13	順上段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-14	上段追い突き込み	3-14	切り換え足・順上段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
		3-15	切り換え足・順中段回し蹴り込み(その場移動/前3本移動)
連撃(連係技/突き技×突き技/2連打/3連打)		3-16	切り換え足・順中段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-13	順・逆上段直突き	3-17	切り換え足・順上段膝蹴り(その場移動/前3本移動)
1-14	逆上段直突き×順上段力ギ突き	3-18	中段後ろ蹴り
1-15	順・逆上段直突き×順上段力ギ突き	3-19	上段後ろ回し蹴り
1-16	逆上段直突き×順上段力ギ突き×逆上段直突き	3-20	逆上段裏回し蹴り(その場)
1-17	順・逆上段直突き×順中段下突き	3-21	順裏回し蹴り(その場)
1-18	順上段直突き×逆中段力ギ突き	3-22	逆内回しかかと落とし
		3-23	順内回しかかと落とし
連撃(連係技/突き技×蹴り技)		4) 応じ技	
1-19	順・逆上段直突き×順中段回し蹴り込み	4-1	退きそり身受け×上段直突き
1-20	順・逆上段直突き×順中段膝蹴り	4-2	退きそり身受け×上段力ギ突き
1-21	順・逆上段直突き×切り換え足・順中段回し蹴り込み	4-3	退きそり身受け×上段回し蹴り
1-22	順・逆上段直突き×切り換え足・順中段膝蹴り	4-4	退き身肘内受け×上段直突き
1-23	逆上段直突き×順上段力ギ突き×逆下段回し蹴り込み	4-5	退き身肘外受け×上段直突き
1-24	逆上段直突き×順上段力ギ突き×逆中段膝蹴り	4-6	退き身肘外受け×上段直突き
連撃(連係技/蹴り×突き技)		4-7	退き身肘外受け×上段力ギ突き
1-25	逆中段回し蹴り×順上段直突き	4-8	下段スネ受け×順上段直突き
1-26	順中段回し蹴り×順上段力ギ突き	4-9	下段スネ受け×逆上段直突き
1-27	切り換え足・順中段回し蹴り×順上段力ギ突き	4-10	中段スネ受け×順上段直突き
1-28	順下段回し蹴り×順上段直突き	4-11	中段スネ受け×逆上段直突き
		4-12	中段スネ受け(後脚)・踏み込み×逆上段直突き
2) 防御技			
2-1	退きそり身・拳底受け	2-10	入り身・外ひねり身受け
2-2	退きそり身受け	2-11	入り身・内ひねり身受け
2-3	退き身・肘内受け	2-12	潜り身受け
2-4	退き身・肘外受け	2-13	退き身・払い受け
2-5	退き身・肘横受け	2-14	入り身・上段・諸手小手受け
2-6	退き身・小手受け下段払い	2-15	入り身・かわし受け
2-7	退き身・下段払い受け	2-16	入り身・斜め送り足・かわし受け
2-8	下段スネ受け(前脚～内、外/後足～内、外)		
2-9	中段スネ受け(前脚/後脚)		