

令和7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

中学生 見習い・6級・5級・4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) 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。
※	「元氣な気合い」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。
※	「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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	

令和7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

中学生 3級・2級・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。
※	「元氣な気合い」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。
※	「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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「元氣な気合い」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	