

令和8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

令和8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