



大日本武徳会国際支部長ロシア

Dai Nippon Butoku Kai International Division Russia

Dai Nippon Butoku Kai Honbu (Circa 1895) Kyoto Japan

虚実実践武道兵法支部拳法空手

伝授次第

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)

Дан/Кю/Титул

無級(むきゅう)

帯許し(おびゆるし)

Пояс

伝授内容(でんじゅないよう)

Содержание программы

基本技

基本の一[受け身法]

UKEMI

基本の二[立ち型]

DACHI KATA

閉足立ち、結び立ち、平行立ち、不度立ち、内八字立ち、三戦立ち、前屈立ち、騎馬立ち、鶴足立ち

HEISOKU DACHI, MUSUBI DACHI, HEIKO DACHI, FUDO DACHI, UCHI HAJIDJI DACHI, SANCHIN DACHI, ZENKUTSU DACHI, KIBA DACHI, TSURUASHI DACHI

基本の三[突き技・三戦立ち]

TSUKI WAZA/ SANCHIN DACHI

正拳中段突き、正拳上段突き、正拳顎打ち、正拳下突き、正拳鉤突き、肘打ち、裏拳顔面打ち、裏拳左右顔面打ち、裏拳脾臓打ち、裏拳廻打ち、手刀顔面打ち、手刀鎖骨打ち、手刀鎖骨打ち込み、手刀上段打ち、手刀脾臓打ち

SEIKEN CHUDAN TSUKI, SEIKEN JODAN TSUKI, SEIKEN AGO UCHI, SEIKEN SHITA TSUKI, SEIKEN KAGI TSUKI, HIJI UCHI, URAKEN GANMEN UCHI, URAKEN SAYU CANMEN UCHI, URAKEN HIZO UCHI, URAKEN MAWASHI UCHI, SHUTO GANMEN UCHI, SHUTO SAKOTSU UCHI, SHUTO SAKOTSU UTIKOMI, SHUTO JODAN UCHI, SHUTO HIZO UCHI

基本の四[受け技・三戦立ち]

UKE WAZA/ SANCHIN DACHI

上段受け、中段外受け、中段内受け、下段払い、内受け・下段払い

JODAN UKE, CHUDAN SOTO UKE, CHUDAN UCHI UKE, GEDAN BARAI, UCHI UKE/GEDAN BARAI

基本の五[蹴り技・不度立ち]

KERI WAZA/FUDO DACHI

前上げ、内廻上げ、外廻上げ、膝蹴り、金蹴り、前蹴り、廻蹴り、横上げ、関節蹴り、横蹴り、後蹴り

MAE KEAGE, UCHI MAWASHI KEAGE, SOTO MAWASHI KEAGE, HIZA GERI, KIN GERI, MAE GERI, MAWASHI GERI, YOKO KEAGE, KANSETU GERI, YOKO GERI, USHIRO GERI

基本の六[基本移動]

KIHON IDO

前屈立ち・正拳中段追突き・逆突き

ZENKUTSU DACHI: MOVING FORWARD,
BACKWARD AND TUR+ONE SINGLE
TECHNIGUE(PUNCH,KICK,BLOCK)
ZENKUTSU DACHI+SEIKEN CHUDAN
OI TSUKI OR GYAKU TSUKI

CONDITION:: 20 Push-ups, 20 Sit ups, 20 Jumping up from squats, 20 Stand on hands, 3 Pull ups

(入門以来 30 回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
十級 / 九級
帯許し(おびゆるし)
Пояс
白帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

基本技

基本の一[受け身法]

UKEMI

基本の二[立ち型]

DACHI KATA

(1) 後屈立ち

KOKUTSU DACHI

(2) 猫足立ち

NEKO ASHI DACHI

基本の三[型]

KATA

(1) 定置鍛練法

TEICHI TANREN HO

(2) 八方の型

HAPPO NO KATA

基本の四[連絡技]

RENRAKU WAZA

(前進) 中段順突・上段揚受・中段外受・前蹴

CHUDAN OI TSUKI-JODAN AGE UKE-
CHUDAN SOTO UKE-MAE GERI

組み手

KUMITE

1 x 1 分自由組み手

1 x 1 MIN JIYU KUMITE

CONDITION:: 30 Push-ups, 30 Sit ups, 30 Jumping up from squats, 30 Stand on hands, Tobi geri and 3 minutes Mae geri

(無級にて40回以上出席)と(十級にて40回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
八級 / 七級
帯許し(おびゆるし)
Пояс
白帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

基本技

基本の一[受け身法]

UKEMI

基本の二[立ち型]

DACHI KATA

(1) 掛足立ち

KAKE ASHI DACHI

基本の三[手技]

TE WAZA

手槌、貫手、掌低

TETTSUI, NUKITE, SHOTEI

基本の四[受け技]

UKE WAZA

諸手受け、前廻受け、手刀廻受け

MOROTE UKE, MAE MAWASHI UKE,
SHUTO MAWASHI UKE

基本の五[組み方]

KUMIKATA

基本の六[崩し]

KUZUSHI

基本の七[呼吸法]

KOKYU HO

心呼吸、逃れ、息吹

SHIN KOKYU, NOGARE, IBUKI

基本の八[基本移動]

KIHON IDO

後屈立ち・手刀廻受け・逆突き

KOKOTSU DACHI: SHUTO MAWASHI UKE,
GYAKU TSUKI

三戦立ち・追足・後足、回って

SANCHIN DACHI: MOVING FORWARD,
BACKWARD AND TURN

騎馬立ち・前交叉、後交叉

KIBA DACHI: MAE KOSA, USHIRO KOSA

基本の九[型]

KATA

(1) 八方の型裏一

HAPPO NO KATA URA ICHI

(2) 八方の型裏二

HAPPO NO KATA URA NI

(3) 前進突き攻防

ZENSHIN TSUKI KOBO

基本の十[連絡技]

RENRAKU WAZA

(前進)中段順突・(後進)上段揚受・(前進)中段外受・
(後進)中段内受・(前進)手刀受・前蹴・横蹴(騎馬立)
左・右

CHUDAN OI TSUKI-JODAN AGE UKE -
CHUDAN SOTO UKE-CHUDAN UCHI UKE-
SHUTO UKE-MAE GERI- YOKO GERI

組み手

KUMITE

3 x 1 分自由組み手

3 x 1 MIN JIYU KUMITE

CONDITION:: 40 Push-ups, 40 Sit ups, 40 Jumping up from squats, 40 seconds stand on hands,
8 Pull-ups, Tobi geri own height + 10 cm and 5 minutes Mae geri and Mawashi geri

(九級にて40回以上出席)と(八級にて40回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
六級 / 五級
帯許し(おびゆるし)
Пояс
緑帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

基本技

基本の一[受け身法]	UKEMI
基本の二[立ち型]	DACHI KATA
基本の三[手技]	TE WAZA
弧拳打ち、背刀打ち、掌低打ち	KOKEN UCHI, HAITO UCHI, SHOTEI UCHI
基本の四[受け技]	UKE WAZA
弧拳受け、背刀受け、十字受け	KOKEN UKE, HAITO UKE, JUJI UKE
基本の五[基本移動]	KIHON IDO
回転移動・騎馬立ち	KAITEN IDO, DAKO IDO FOR EXSAMPLE MOVING IN KIBA DACHI NI 90 AND 45 DEGREES
基本の六[投げ技]	NAGE WAZA
大外刈、小外刈、大内刈、小内刈	O SOTO GARI, KO SOTO GARI, O UCHI GARI, KO UCHI GARI
基本の七[抑え技]	OSAE WAZA
袈裟固	KESA GATAME
基本の八[関節技]	KANSETSU WAZA
ARM LOCKS IN STANDING POSITION	
基本の九[絞技]	SHIME WAZA
CHOKES IN STANDING POSITION FROM FORWARD AND BACKWARD	
基本の十[型]	KATA
(1) 二の本	NI NO HON
(2) 拳四方当ての形	GERI GOHO NO KATA
(3) 蹴五方の形	GERI GOHO NO KATA
(4) 半月(セーサン)	SEISAN
基本の十一[連絡技]	RENRAKU WAZA
(前進)中段順突・(後進)上段揚受・逆突・(前進) 中段外受・逆突・(後進)中段内受・逆突・(前進)手 刀受・前蹴・廻蹴・横蹴(騎馬立)左・右	CHUDAN OI TSUKI-JODAN AGE UKE- GYAKU TSUKI-CHUDAN SOTO UKE-GYAKU TSUKI-CHUDAN UCHI UKE- GYAKU TSUKI -SHUTO UKE-MAE GERI- MAWASHI GERI- YOKO GERI
組み手	KUMITE
5 x 1 分自由組み手	5 x 1 MIN JIYU KUMITE
CONDITION:: 50 Push-ups, 50 Sit ups, 50 Jumping up from squats, 50 seconds stand on hands, 10 Pull-ups, Tobi geri own height + 15 cm and 7 minutes Mae geri, Mawashi geri and Yoko geri	
(七級にて40回以上出席)と(六級にて40回以上出席)	

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)

Дан/Кю/Титул

四級 / 三級

帯許し(おびゆるし)

Пояс
緑帯/茶帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

基本技

基本の一[投げ技]

大腰、払腰、内股、一本背負投

基本の二[抑え技]

袈裟固、横四方固、崩上四方固

基本の三[関節技]

腕緘、腕挫十字固

基本の四[絞技]

逆十字絞、送襟絞、裸絞

基本の五[基本移動]

自由構え・送り足・弧足、追足、踏み込み

基本の六[型]

(1) 南光(アーナンクー)

(2) 汪輯(ワンシュウ)

(3) 鎮闘(チントウ)

基本の七[連絡技]

(前進)中段順突・三本連突・(後進)上段揚受・逆突・(前進)中段外受・逆突・(後進)中段内受・逆突・(前進)手刀受・貫手・前蹴・廻蹴・後蹴・横蹴
(騎馬立)

組み手

10 x 1 分自由組み手

CONDITION:: 60 Push-ups, 60 Sit ups, 60 Jumping up from squats, 60 seconds stand on hands, 12 Pull-ups, Jumping over a stick 10 x forward and backward and 10 minutes Mae geri, Mawashi geri, Yoko geri and Tobi mae geri

(五級にて40回以上出席)と(四級にて40回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
二級 / 一級
帯許し(おびゆるし)
Пояс
茶帯

NAGE WAZA

O GOSHI, HARAI GOSHI, UCHI MATA, IPPON SEOI NAGE

OSAE WAZA

KESA GATAME, YOKO SHIHO GATAME, KUZURE KAMI SHIHO GATAME

KANSETSU WAZA

UDE GARAMI, UDE HISIGI JUJI GATAME

SHIME WAZA

JYAKU JUJI JIME, OKURI ERI JIME, HADAKA JIME

KIHON IDO

BASIC STEPS IN JIYU KAMAE , OKURI ASHI, KOSA ASHI, OI ASHI, FUMI KOMI

KATA

ANANKU

WANCHU

CHINTO

RENRAKU WAZA

CHUDAN OY TSUKI-SANBON REN TSUKI-JODAN AGE UKE- GYAKU TSUKI-CHUDAN SOTO UKE-GYAKU TSUKI-CHUDAN UCHI UKE- GYAKU TSUKI -SHUTO UKE-NUKITE-MAE GERI- MAWASHI GERI-USHIRO GERI - YOKO GERI

KUMITE

10 x 1 MIN JIYU KUMITE

伝授内容(でんじゅないよう)
Содержание программы

基本技

基本の一[基本移動]

KIHON IDO

MOVEMENT IN JIYU KAMAE IN DIFFERENT ANGELS AND DIREKTIONS

基本の二[型]

KATA

(1) 平安初段

PINAN SHODAN

(2) 平安二段

PINAN NIDAN

(3) 平安三段

PINAN SANDAN

(4) 平安四段

PINAN YONDAN

(5) 平安五段

PINAN GODAN

基本の三[連絡技]

RENRAKU WAZA

(前進)中段順突・三本連突・(後進)上段揚受・逆突・(前進)中段外受・逆突・横裏拳打・(後進)中段内受・逆突・(前進)手刀受・貫手・前蹴・連蹴(中段上段)・廻蹴・後蹴・横蹴(騎馬立)左・右

CHUDAN OI TSUKI-SANBON REN TSUKI-JODAN AGE UKE- GYAKU TSUKI-CHUDAN SOTO UKE-GYAKU TSUKI-YOKO URAKEN UCHI-CHUDAN UCHI UKE- GYAKU TSUKI - SHUTO UKE-NUKITE-MAE GERI- REN GERI-MAWASHI GERI-USHIRO GERI - YOKO GERI

組み手

KUMITE

15 x 1 分自由組み手

15 x 1 MIN JIYU KUMITE

試割り

TAMESHIWARI

More boards as the tournament's requirement (3 or more) Shuto, Seiken, Hiji and Sokuto technique, with concrete support and with partner keeping by hand.

CONDITION: 70 Push-ups, 70 Sit ups, 70 Jumping up from squats, 90 seconds stand on hands, 15 Pull-ups, Tobi ushiro geri, Tobi mawashi geri own height + 25 cm, Jumping over the stick 10 x forward and backward and 12 minutes Jodan keru waza

(三級にて60回以上出席)と(二級にて60回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)

Дан/Кю/Титул

初段/ 弐段

帯許し(おびゆるし)

Пояс

黒帯

伝授内容(でんじゅないよう)
Содержание программы

基本技

基本の一[型]

KATA

(1) 拔塞(バツサイ)

PASSAI

(2) 征遠鎮

SEIENCHIN

基本の二[連絡技]

RENRAKU WAZA

(前進)三本連突・(後進)上段揚受・逆突・(前進)中段外受・逆突・横裏拳打・(後進)中段内受・刻突・逆突・(前進)手刀受・貫手・前蹴・連蹴(中段上段)横蹴・(騎馬立)左・右・廻蹴

SANBON REN TSUKI-JODAN AGE UKE-GYAKU TSUKI-CHUDAN SOTO UKE-GYAKU TSUKI-YOKO URAKEN UCHI-CHUDAN UCHI UKE-KIZAMI TSUKI-GYAKU TSUKI -SHUTO UKE-NUKITE-MAE GERI- REN GERI-YOKO GERI-MAWASHI GERI

護身術

GOSHIN JUTSU

組み手

KUMITE

30(40)x 1分自由組み手

30(40)x 1 MIN JIYU KUMITE

試割り

TAMESHIWARI

More boards as the tournament's requirement (3 or more) Shuto, Seiken, Hiji and Sokuto technique, with concrete support and with partner keeping by hand.

CONDITION:: 70 Push-ups, 70 Sit ups, 70 Jumping up from squats, 90 seconds stand on hands, 15 Pull-ups, Tobi ushiro geri, Tobi mawashi geri own height + 25 cm, Jumping over the stick 10 x forward and backward and 12 minutes Jodan keri waza

Age: minimum 18 years (junior Sho dan from 10 years only in special case and he must repeat his fighting in his age 18)

(一級にて120回以上出席と(初段にて60回以上出席)

段級位・称号(だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
参段
帯許し(おびゆるし)
Пояс
黒帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

基本技

基本の一[型]

KATA

(1) 観空

KANKU

(2) 五十四歩

GOJUSHIHO

護身術

GOSHIN JUTSU

組み手

KUMITE

50 x 1分自由組み手

50 x 1 MIN JIYU KUMITE

試割り

More boards as the tournament's requirement (3 or more) Shuto, Seiken, Hiji and Sokuto technique, with concrete support and with partner keeping by hand.

CONDITION:70 Push-ups, 70 Sit ups, 70 Jumping up from squats, 90 seconds stand on hands, 15 Pull-ups, Tobi ushiro geri, Tobi mawashi geri own height + 25 cm, Jumping over the stick 10 x forward and backward and 12 minutes Jodan keri waza

(式段取得後3年以上経過し、300日以上稽古した者)

段級位・称号 (だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
四段
帯許し(おびゆるし)
Пояс
黒帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

The candidate must have an international corner judge license and he/her has to support effectively the national organization.

He/she must be a proper character of personality and must have a recommendation from the national organization.

He/she has to take part on minimum 5 different international camps or seminars.

Age: minimum 27 years

(参段取得後4年以上経過し、400日以上稽古した者)

段級位・称号 (だんきゅうくらい・しょうごう)
Дан/Кю/Титул
五段
帯許し(おびゆるし)
Пояс
黒帯
伝授内容(でんじゅないよう) Содержание программы

He/she must have a recommendation from the national organization and must be an exceptional character and honorable person in the Budo. Also must have an international referee license.

Age: minimum 35 years

アリサンデル・アラバジーエフ
 教士七段 師範 日本柔術道 大日本武徳会
 教士七段柔術 中伝明心流柔術
 検証入柔術 大日本武徳会
 師範八段 国際極真武道会館
 指導員参段英信流居合道

