
体 技 表

心身統一合氣道会

第一体技

片手取り

1. 呼吸投げ (恩賜の御衣)
2. // (切り返し)
3. // (前方投げ)
4. // (回転投げ)
5. 四方投げ
6. 一教

第二体技

片手取り両手持ち

1. 呼吸投げ (飛び込み)
2. // (円運動)
3. // (8の字)
4. // (前方投げ)
5. 二教
6. 小手下ろし

第三体技

横面打ち

1. 入身素通り
 2. お辞儀
 3. 呼吸投げ (入身)
 4. 四方投げ
 5. 呼吸投げ (素通り投げ)
 6. // (8の字)
- } 連続

第四体技

両肩取り

1. 呼吸投げ (お辞儀)
2. // (切り返し、お辞儀)
3. // (二度お辞儀)
4. // (素通り)
5. 二教 (転換)
6. 呼吸投げ (前方投げ)

第五体技

子 供 用

1. 正面打ち呼吸投げ
2. 横面打ち四方投げ
3. 胸突き小手下ろし
4. 肩取り一教（入身）
5. 呼 吸 動 作

} 小学5. 6年生のみ

第六体技

後 ろ 技

1. 後ろ取り呼吸投げ （前方投げ）
2. 後ろ手首取り呼吸投げ （裏返し）
3. // （前方投げ）
4. 後ろ手首取り小手下ろし （反対転換）
5. 後ろ手首取り一教
6. 後ろ手首取り三教投げ

第七体技

胸突き蹴り

1. 呼 吸 投 げ （導き返し）
2. 一 教 （反対転換）
3. 呼 吸 投 げ （前方投げ）
4. 蹴 り 呼 吸 投 げ （入 身 ）
5. // （足取り）
6. 小 手 下 ろ し （投げ放し）

第八体技

両 手 取 り

1. 呼 吸 投 げ （天地投げ入身）
2. // （天地投げ転換）
3. // （白鳥の湖）
4. // （どじょうすくい）
5. // （前方投げ）
6. // （切り返し）

第九体技

正面打ち

1. 一 教 (入 身)
2. // (転 換)
3. 呼 吸 投 げ
4. 小 手 下 ろ し
5. 呼 吸 投 げ (切 り 返 し)
6. // (前 方 投 げ)

第十体技

肩取り正面打ち

1. 呼 吸 投 げ (入 身)
2. // (円 運 動)
3. // (8 の 字)
4. 二 教
5. 三 教 (裏 返 し)
6. 呼 吸 投 げ (前 方 投 げ)

第十一体技

片手取り

1. 呼 吸 投 げ (入 身)
2. // (入 身)
3. 片手交差取り呼吸投げ
4. // (ま き 返 し)
5. // (ま き 返 し 投 げ)
6. // (切 り 返 し)

第十二体技

片手取り両手持ち

1. 呼 吸 投 げ (入 身)
2. // (転 換)
3. 二 教
4. 一 教 (切 り 返 し)
5. 呼 吸 投 げ (前 方 投 げ)
6. // (ボ ー ル 投 げ)

第十三体技

横 面 打 ち

1. 呼 吸 投 げ (入 身)
2. // (十 字 入 身)
3. // (当 身)
4. 四 方 投 げ (入身飛び込み)
5. 小 手 下 ろ し (円 運 動)
6. 呼 吸 投 げ (切 り 返 し)

第十四体技

肩 取 り

1. 一 教 (転 換)
2. 二 教 (入 身)
3. 三 教 (転 換)
4. 四 教 (入 身)
5. 呼 吸 投 げ (吸 い 込 み)
6. // (切 り 返 し 面 打 ち)

第十五体技

中 学 生 用

1. 正面打ち一教
2. 横面打ち呼吸投げ (8 の 字)
3. 胸突き呼吸投げ (前 方 投 げ)
4. 肩取り二教 (入 身)
5. 後ろ取り呼吸投げ (前 方 投 げ)
6. 後ろ手首取り三教投げ

第十六体技

坐 技

1. 正面打ち一教 (入 身)
2. // (転 換)
3. 肩取り呼吸投げ (面 打 ち)
4. 正面打ち呼吸投げ
5. 胸突き小手下ろし (固 め る)
6. 横面打ち呼吸投げ (前 方 投 げ)

第十七体技

坐 技 半 立

1. 片手取り呼吸投げ (前方投げ)
2. // (切り返し)
3. 正面打ち呼吸投げ
4. 後ろ肩取り呼吸投げ
5. 胸突き小手下ろし
6. 横面打ち呼吸投げ (前方投げ)

第十八体技

後 ろ 技

1. はがい締め呼吸投げ
2. 後ろ肩取り呼吸投げ (飛行機投げ)
3. // (すい込み)
4. // (前方投げ)
5. 後ろ手首取り首締め (裏返し)
6. // (前方投げ)

第十九体技

胸 突 き

1. 呼 吸 投 げ (うちわ投げ首切り)
2. // (前方投げ首打ち)
3. // (うちわ投げ面打ち)
4. // (素通り)
5. // (正面打ち)
6. 小 手 下 ろ し (反対転換)

第二十体技

二人掛け・三人掛け・乱取り

1. 呼 吸 投 げ (前方投げ1回)
2. // (背中合せ1回)
3. // (整 列)
4. 四 方 投 げ
5. 呼 吸 投 げ (整 列)
6. 乱 取 り

第二十一体技

短 刀 取 り

1. 正面打ち小手下ろし
2. 正面打ち呼吸投げ
3. 逆手持ち横面打ち五教
4. 逆手持ち呼吸投げ (入 身)
5. 横面打ち四方投げ
6. 胸突き小手下ろし
7. 胸 突 き 一 教 (反 対 転 換)
8. 胸突き呼吸投げ (前 方 投 げ)
9. // (臂 打 ち 面 打 ち)
10. // (回 転 投 げ)

第二十二体技

太 刀 取 り

1. 正面打ち入身素通り
正面打ち呼吸投げ
2. 正面打ち小手下ろし (右 側 の み)
3. 正面打ち入身取り (左 側 の み)
4. 横面打ち呼吸投げ (入 身)
5. 横面打ち四方投げ (左 側 の み)
6. 胸突き小手下ろし (右 側 の み)
7. 胸突き呼吸投げ (前 方 投 げ)
8. // (素 通 り)
9. 胴打ち呼吸投げ
10. 横払い呼吸投げ

} 連続

第二十三体技

杖 取 り

- | | | |
|--------------|---|--------|
| 1. 正面打ち入身素通り | } | 連続 |
| 正面打ち呼吸投げ | | |
| 2. 正面打ち小手下ろし | | (右側のみ) |
| 3. 正面打ち入身取り | | (左側のみ) |
| 4. 横面打ち四方投げ | | (左側のみ) |
| 5. 横面打ち呼吸投げ | | (前方投げ) |
| 6. 胸突き呼吸投げ | | (突き返し) |
| 7. // | | (前方投げ) |
| 8. // | | (切り返し) |
| 9. 胴打ち呼吸投げ | | |
| 10. 横払い呼吸投げ | | |

第二十四体技

杖 投 げ

- | | |
|--------------|--------|
| 1. 呼 吸 投 げ | |
| 2. // | (前方投げ) |
| 3. 逆手持ち呼吸投げ | (前方投げ) |
| 4. 四 方 投 げ | |
| 5. 二 教 | |
| 6. 小 手 下 ろ し | |
| 7. 呼 吸 投 げ | (切り返し) |
| 8. // | (足すくい) |

第二十五体技

剣 技【第一】

八 方 切 り (1 回)

第二十六体技

剣 技【第二】

1. 一 の 太 刀
 2. 〃
 3. 左袈裟掛け連続打ち
 4. 右袈裟掛け連続打ち
 5. 後 ろ 打 ち
 6. 突 き
 7. 後 ろ 打 ち
 8. 突 き
 9. 左袈裟掛け飛び込み
 10. 右袈裟掛け飛び込み
 11. 突 き
 12. 左 袈 裟 掛 け
 13. 納 め
- } 連続

第二十七体技

杖 技【第一】

(1回)

第二十八体技

杖 技【第二】

(1回)

第二十九体技

太 刀 打 ち

1. 小 手 打 ち
 2. 右 胴 打 ち
 3. 左 胴 打 ち
 4. 喉 突 き
 5. 正 面 打 ち
 6. 左 横 面 打 ち
 - 右 横 面 打 ち
- } 連続