

---

# 体 技 表

---

初版 2022年8月20日

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. ツ (切り返し)
3. ツ (前方投げ)
4. ツ (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. ツ (円運動)
3. ツ (8の字)
4. ツ (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. ツ (8の字)
- ] 連続

第四体技

**両 肩 取 り**

1. 呼 吸 投 げ (お辞儀)
2. ツ (切り返し、お辞儀)
3. ツ (二度お辞儀)
4. ツ (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

## 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. ハ (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. ハ (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. ハ (天地投げ転換)
3. ハ (白鳥の湖)
4. ハ (どじょうすくい)
5. ハ (前 方 投 げ)
6. ハ (切 り 返 し)

## 第九体技

### 正面打ち

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

## 第十体技

### 肩取り正面打ち

1. 呼 吸 投 げ ( 入 身 )
2. ツ ( 円 運 動 )
3. ツ ( 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. ツ ( 入 身 )
3. 片手交差取り呼吸投げ
4. ツ ( ま き 返 し )
5. ツ ( まき返し投げ )
6. ツ ( 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. ツ ( 転 換 )
3. 二 教
4. 一 教 ( 切 り 返 し )
5. 呼 吸 投 げ ( 前 方 投 げ )
6. ツ ( ボール投げ )

第十三体技

**横面打ち**

1. 呼吸投げ (入身)
2. ツ (十字入身)
3. ツ (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. ツ (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. ツ (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. ハ (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. ハ (すい込み)
4. ハ (前方投げ)
5. 後ろ手首取り首締め (裏返し)
6. ハ (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. ハ (前方投げ首打ち)
3. ハ (うちわ投げ面打ち)
4. ハ (素通り)
5. ハ (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. ハ (背中合せ1回)
3. ハ (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. ツ ( 臂打ち面打ち )
10. ツ ( 回 転 投 げ )

第二十二体技

**太 刀 取 り**

1. 正面打ち入身素通り
  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. ツ ( 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  
正面打ち呼吸投げ
  2. 正面打ち小手下ろし
  3. 正面打ち入身取り
  4. 横面打ち四方投げ
  5. 横面打ち呼吸投げ
  6. 胸突き呼吸投げ
  7. ツ
  8. ツ
  9. 胴打ち呼吸投げ
  10. 横払い呼吸投げ
- ] 連続

## 第二十四体技

### 杖 投 げ

1. 呼 吸 投 げ
  2. ツ
  3. 逆手持ち呼吸投げ
  4. 四 方 投 げ
  5. 二 教
  6. 小 手 下 ろ し
  7. 呼 吸 投 げ
  8. ツ
- ( 前 方 投 げ )  
( 前 方 投 げ )  
( 切 り 返 し )  
( 足 す く い )

第二十五体技

剣 技【第一】

第二十六体技

剣 技【第二】

第二十七体技

杖 技【第一】

第二十八体技

杖 技【第二】

第二十九体技

太 刀 打 ち

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

【改訂履歴】

初版 2022年8月20日 改訂	・第5体技の注記を修正 ・第25、26、27、28体技の表記を修正
------------------	--------------------------------------