

2024年 少林寺拳法東京都大会 競技に関する詳細
※注意喚起が必要な種目のみ掲載

共通事項	①本大会は全国大会の予選も兼ねるので、選考・競技内容については、全国大会要項に準ずることを前提とする	
	②競技ならびに審査内容については、(財)少林寺拳法連盟競技規則・審判規則に基づく	
	③防具の使用は、(一般財)少林寺拳法連盟公認防具のみの使用とする	
	④法器、武器(金属、木製問わず)の使用は禁止する	
	⑤出場資格については、7月21日(都大会開催日)までに取得見込みの資格で申し込むことを可とする (袖章、帯についても、左記に準ずる)	
	⑥指定ゼッケンを着用のこと	
	⑦申込〆切時点、出場申込が多数または少数の種目については、分割または統廃合を行う場合がある	
	⑧原則として、同資格の拳士と組み、該当する種目に出場する。 但し、やむを得ず上級資格の拳士と組む場合は、上級資格の部に出場する。 武階の差は、原則1階級までとするが、本大会では柔軟に対応する。但し全国大会選考対象外となる場合もある。	
	⑨組演武の全種目において三人掛けを可とする。但し、全国大会選考においては発表の部の対象となる。	
	⑩「演武の構成」において、柔法で技に取り掛かる前の払いと2連までの反撃は1構成とみなさない。剛法の場合、攻者による2連攻までのやり直しは1構成とみなさない。	
	⑪使用科目は資格に準じたものとする	
	⑫資格外の科目の使用は10点減点とする。但し、一般級拳士で使用する技は見習～4級は3級科目まで、3～1級は初段科目まで可。 小学生7級～見習においては、少年部6級科目まで使用可	
特記事項	⑬男女の組による組演武について「女子護身技法の部」のみ適用事項 ※それ以外の種目で男女の組合せでは、下記の適用はしない	
	[重要] 男性による、女性への技の極め(突き、蹴り、倒し、投げ)、固めを禁止する。	
	(1)女性には守者のみ、その後連続反攻でも女性が柔法、剛法のいずれも技の極め(突き、蹴り、倒し、投げ、固め)を行う。	
	(2)違反した場合は、総合点より15点減点とする。	
	男女の体力差を踏まえた安全管理と護身の技法としての観点に基づく護身の技法、体力・体格差を補う技術の修得を目的とする。 ※「2-4」提出チェックシート」の規定内容チェックシート1番に記載の上(2番は審査員用のため記載不要)、大会出場申込シートに添付して提出すること。	
	⑭「宙で回転する受身」に適用する事項	
	i)「男子マスターズの部A」「男子マスターズの部B」「女子マスターズの部」「中学生の部」「親子の部」は「宙で回転する受身」は禁止する	
	ii)違反した場合は総合点から15点減点とする。	
	iii)他の種目においては、減点対象となる事項を設ける。	
	1)受身が不十分で危険を伴う内容とみなされた場合は総合点より5点減点 2)攻防に適合していない(守者の体捌き、並びに技の成立条件が不十分な状態で自ら無理に飛ぶ)「宙で回転する受身」は該当する構成の技術度の採点より、各審判員が1点減点	
種目名	演武内容の規定	種目内容詳細

	種目名	指定科目・必須条件	種目内容詳細
1	男子五段以上の部		演武時間:1分30秒～2分 武階の2階級以上の差は都大会の出場は可。
2	男子三・四段の部		演武時間:1分30秒～2分 武階の2階級以上の差は都大会の出場は可。
3	男子初・二段の部		演武時間:1分30秒～2分 武階の2階級以上の差は都大会の出場は可。
4	女子三段以上の部		演武時間:1分30秒～2分 武階の2階級以上の差は都大会の出場は可。
5	女子初・二段の部		演武時間:1分30秒～2分 武階の2階級以上の差は都大会の出場は可。
6	級拳士の部		演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 見習～4級:3級習得科目まで使用可 3～1級:初段習得科目まで使用可 級拳士の男女の組合せについては、男子級の部に出場のこと
7	女子護身技法の部	女性が構成の最初は必ず守者 構成の最後の「極め」も女性	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 有段者のみを対象とする。男女級の組み合わせは、男子級の部へ出場のこと
8	男子マスターズAの部	「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 男女の組み合わせはこの種目に出場のこと。出場資格については前項の一覧表で確認のこと
9	男子マスターズBの部	「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 男女の組み合わせはこの種目に出場のこと。出場資格については前項の一覧表で確認のこと
10	女子マスターズの部	「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 出場資格については前項の一覧表で確認のこと
11	親子の部 親子の部の規定あり (共通事項参照)	小学生は「宙で回転する受身」は禁止 親子の部の規定あり (共通事項参照)	演武時間:1分～1分30秒 1～6構成内容についてはすべて自由とする 全ての構成において剛法、柔法問わず、子供が各構成最後の技の極め、固めを行う 子供に対する逆技、投げ技、固め技は、構成全体で禁止する 上記を違反した場合は総合点より15点減点とする 子供への禁止科目は、下記の表を参照のこと
12	夫婦の部		演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする
			演武時間:1分30秒～2分 武階不問

13	大学生男子の部		1～6構成内容についてはすべて自由とする 男女の組み合わせはこの種目に出場のこと。出場資格については前項の一覧表で確認のこと
14	大学生女子の部		演武時間:1分30秒～2分 武階不問 1～6構成内容についてはすべて自由とする 出場資格については前項の一覧表で確認のこと
15	高校生男子の部		演武時間:1分30秒～2分 武階不問 1～6構成内容についてはすべて自由とする 男女の組み合わせはこの種目に出場のこと。出場資格については前項の一覧表で確認のこと
16	高校生女子の部		演武時間:1分30秒～2分 武階不問 1～6構成内容についてはすべて自由とする 出場資格については前項の一覧表で確認のこと
17	中学生男子の部	中学生は「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 男女の組み合わせはこの種目に出場のこと。出場資格については前項の一覧表で確認のこと
18	中学生女子の部	中学生は「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分30秒～2分 1～6構成内容についてはすべて自由とする 出場資格については前項の一覧表で確認のこと
19	小学生自由Aの部	小学生は「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分～1分30秒 1～6構成内容についてはすべて自由とする 小学生以下への禁止科目は、下記の表を参照のこと
20	小学生自由Bの部	小学生は「宙で回転する受身」は禁止	演武時間:1分～1分30秒 1～6構成内容についてはすべて自由とする 小学生以下への禁止科目は、下記の表を参照のこと
21	単独演武の部		演武時間:1分～1分30秒 1～6構成内容についてはすべて自由とする
22	小学生1級の部	規定あり (2023年度少年少女錬成大会規定組演武)	組合せは小学生以下、未就学児も出場可。演武時間の規定は設けない。 組演武内容は2023年度少年少女錬成大会の規定組演武を採用する。
	小学生2級の部		
23	小学生3級の部		
	小学生4級の部		
24	小学生5級の部		
	小学生6級の部		
25	小学生7級の部		
	小学生8級～見習の部		
			演武時間:1分30秒～2分 構成人数は6か8名。 演武構成については、1・6構成を単独演武 2～5構成を組演武(2人1組)とする(3人は不可、違反の場合は総合点から15点減点)

26	一般団体 中学生団体	団体演武構成の規定あり (右記参照)	<p>単独演武は、以下の基本単独法形より、1構成目、6構成目で各々1技選択し、一方向のみで行う 各構成の動きは各組が同一の動きを行う。各組が違う動きをしているとみなされた場合は総合点から10点減点する。 合図的な動き、気合は不可とし、総合点より5点減点する</p> <p>《基本単独法形》 天地拳第1～6系、義和拳第1・2系、龍王拳第1・3系、龍の形、紅卍拳、白蓮拳第1系 使用する科目は、出場する構成メンバーの最高資格者に応じた範囲までとする</p>
27	小学生団体の部	団体演武構成の規定あり (右記参照)	<p>演武時間:1分～1分30秒 構成人数は6か8名。 演武構成については、1・6構成を単独演武 2～5構成を組演武(2人1組)とする(3人は不可、違反の場合は総合点から15点減点)</p> <p>単独演武は、以下の基本単独法形より、1構成目、6構成目で各々1技選択し、一方向のみで行う 号令、気合を合図として用いることを可とする 使用する科目は、構成メンバーの最高資格者に応じた禁止技を除く範囲までとする</p> <p>《基本単独法形》 天地拳第1～6系、義和拳第1・2系、龍王拳第1・3系、龍の形(逆小手単演)、紅卍拳、白蓮拳第1系</p>
28	男子運用法の部	双方攻守で実施	<p>出場資格: ①16歳以上かつ初段以上であり、4/7もしくは5/19の講習会を受講済の者とする ②東京都連盟、関東実業団連盟、 東京都を拠点とした関東学生連盟に登録している拳士 申込は、大会出場申込と同一のエントリーシートで申込のこと 7月21日は大会運営スケジュール上本選のみ行う 別途予選会を6月16日に実施予定</p>
29	女子運用法の部		
30	シニアの部		
31	支部長の部	子どもが中学生であっても、 少年部禁止技は全て使用不可	
33	マイシードの部	単独演武・組演武・団体演武 いずれも可(右記参照)	<p>単独演武・組演武・団体演武のいずれも認める 組演武においては健常者との組合せは可 介護者同伴の演武も可 三人掛けの組演武も可 演武に際し、車いす・杖等の補助器具の使用を認める 武器・法器の使用は認めない</p>
34	論文の部		詳細については、都大会要項を確認のこと
備考	小学生に対する禁止技		<p>肘抜より前天秤・送巻天秤・逆手投・龍投・外巻天秤・切返天秤・切返巻天秤上受逆手投・ 逆天秤・腕十字固・天秤固・送天秤捕(二種)・吊上捕・吊落・袖巻天秤・外巻落・投技に対し宙で回転する受身(身体全ての部位が地面から離れる受身) ・刈足及び後刈倒 ※「一本背投」や「肩車」に対して大車輪を用いた受身については小学生の部禁止技としない</p> <p>中学生以上が小学生に対して龍華拳、五花拳、金剛拳、羅漢拳(逆技)を用いることも禁止とする</p>