

昇級昇段審査基準

一般部編

2012年11月改訂

NPO 法人 フルコンタクト空手道推進連盟

空手道 超越塾

昇級・昇段審査

超越塾では入塾すると、最初は10級(白帯)になります。

審査会は、各道場で3ヶ月毎に、年間4回実施されます。

※ 通常下記の日程で行います(都合により変更になる場合があります)。

	平日	日曜
千葉地区 (松戸・柏)	2、8月	5、11月
埼玉地区 (蓮田・上尾・東大宮)	3、9月	6、12月

各級位・段位の帯の色は下記の様になっています。

10級	白	4級	緑
9級	白 +黄色線1本	3級	橙
8級	白 +黄色線2本	2級	紫
7級	白 +黄色線3本	1級	茶
6級	黄	段位	黒
5級	青		

9 級受験

受験資格	入塾後 3 ヶ月以上・出席 12 回以上
------	----------------------

基本動作	気合 立礼・座礼 自然体用意・組手立ち(左右)・閉足立ち
------	------------------------------------

8 級受験

受験資格	入塾後	3 ヶ月以上・出席 12 回以上
	または前級取得後	3 ヶ月以上・出席 12 回以上

基本動作	気合
	立礼・座礼
基本稽古	自然体用意・組手立ち(左右)・閉足立ち
	順突き・逆突き
	前蹴り・回し蹴り・横蹴り
	内受け・外受け
	下段払い
	各 10 本

7 級受験

受験資格	入塾後 3ヶ月以上・出席 12回以上 または前級取得後 3ヶ月以上・出席 12回以上
------	---

基本動作	気合 立礼・座礼 自然体用意・組手立ち(左右)・閉足立ち
基本稽古	順突き・逆突き 前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内受け・外受け 下段払い 各 10 本
移動稽古	順突き 逆突き 前蹴り 回し蹴り 横蹴り 各 5 本 3 本

6 級受験

受験資格	入塾後	3ヶ月以上・出席12回以上
	または前級取得後	3ヶ月以上・出席12回以上

基本動作	気合 立礼・座礼 自然体用意・組手立ち(左右)・閉足立ち	
基本稽古	順突き・逆突き 前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内受け・外受け・下段払い	各10本
移動稽古	順突き 逆突き 前蹴り 回し蹴り 横蹴り	各5本 3本
型	一	
約束組手	一	
ミット	45秒×1R	
試割り		

5 級受験

受験資格	6 級取得後 3 ヶ月以上・出席 12 回以上
基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。
基本稽古	順突き・逆突き・前手回し打ち 前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内回し 内受け・外受け 下段払い・上段双手受け 各 8 本
移動稽古	順突き＋逆突き 逆突き＋前手回し打ち 前蹴り＋追い突き 刻み突き＋回し蹴り 横蹴り 各 5 本 3 本
型	一
約束組手	二
ミット	45 秒×2R (インターバル 30 秒)
試割り	

4 級受験

受験資格	5 級取得後 6 ヶ月以上・出席 24 回以上
------	-------------------------

基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。	
基本稽古	順突き・逆突き・前手回し打ち 後手上段上げ打ち・前手中段上げ打ち 前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内回し・後ろ蹴り 前足止める前蹴り 内受け・外受け 下段払い・上段双手受け 下段脛受け 3 種・中段脛受け 3 種 各 8 本（脛受けは各 4 本）	
移動稽古	順突き＋逆突き 逆突き＋前手回し打ち 前蹴り＋追い突き 刻み突き＋回し蹴り 横蹴り	各 5 本 3 本
型	二	
約束組手	三	
ミット	45 秒×2R（インターバル 30 秒）	
試割り	逆突き 2 枚 前蹴り 2 枚	(女性は各 1 枚)

3 級受験

受験資格	4 級取得後 6 ヶ月以上・出席 24 回以上
------	-------------------------

基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。
基本稽古	<p>順突き・逆突き・前手回し打ち 後手上段上げ打ち・前手中段上げ打ち</p> <p>前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内回し・後ろ蹴り</p> <p>前足止める前蹴り・膝蹴り</p> <p>内受け・外受け 下段払い・上段双手受け 下段脛受け 3 種・中段脛受け 3 種 スリッピング・ウィービング・スウェーバック 各 6 本（脛受けは各 3 本）</p>
移動稽古	<p>順突き＋逆突き＋前手回し打ち 逆突き＋前手中段上げ打ち 前足止める前蹴り＋前蹴り その場で逆突き＋スイッチして中段回し蹴り 各 5 本</p> <p>横蹴り＋後ろ回転して横蹴り 2 本</p>
型	二
約束組手	四
ミット	45 秒×2R（インターバル 30 秒）
試割り	<p>肘打ち 2 枚 上段回し蹴り 2 枚 (女性は各 1 枚)</p>

2 級受験

受験資格	3 級取得後 6 ヶ月以上・出席 24 回以上	
基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。	
基本稽古	<p>順突き・逆突き・前手回し打ち 後手上段上げ打ち・前手中段上げ打ち 後手肘打ち・前手肘打ち</p> <p>前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内回し・後ろ蹴り</p> <p>前足止める前蹴り・膝蹴り かかと落とし蹴り</p>	各 6 本
移動稽古	<p>順突き＋逆突き＋前手回し打ち 逆突き＋前手中段上げ打ち 前足止める前蹴り＋前蹴り その場で逆突き＋スイッチして中段回し蹴り</p> <p>横蹴り＋後ろ回転して横蹴り</p>	<p>各 5 本</p> <p>2 本</p>
型	三	
約束組手	五	
自由組手	<p>【一般部】 60 秒×2 (インターバル 30 秒)</p> <p>【壮年部】 60 秒×1</p>	
試割り	<p>横蹴り 2 枚</p> <p>後ろ蹴り 2 枚</p>	(女性は各 1 枚)

1 級受験

受験資格	2 級取得後 6 ヶ月以上・出席 24 回以上
基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。
基本稽古	<p>順突き・逆突き・前手回し打ち 後手上段上げ打ち・前手中段上げ打ち 後手肘打ち・前手肘打ち・回転打ち</p> <p>前蹴り・回し蹴り・横蹴り 内回し・後ろ蹴り</p> <p>前足止める前蹴り・膝蹴り かかと落とし蹴り・後ろ回し蹴り</p> <p style="text-align: right;">各 4 本</p>
移動稽古	<p>順突き＋逆突き＋前手中段上げ打ち 逆突き＋前手中段上げ打ち＋回し打ち 前足止める前蹴り＋前蹴り＋追い突き その場で逆突き＋スイッチして中段回し蹴り ＋手刀をかけて膝蹴り</p> <p style="text-align: right;">各 5 本</p> <p>横蹴り＋後ろ回し蹴り（後ろに戻す）</p> <p style="text-align: right;">2 本</p>
型	三
約束組手	六
自由組手	<p>【一般部】 60 秒×3（インターバル 30 秒） 【壮年部】 60 秒×2（インターバル 30 秒）</p>
試割り	<p>上段後ろ回し蹴り 2 枚 跳び上段前蹴り 2 枚</p> <p style="text-align: right;">（女性は各 1 枚）</p>

初段受験

受験資格	1級取得後 6ヶ月以上・出席24回以上 【一般部】最低1大会の出場 (少年部経験者は最低5大会)
------	--

基本動作	※下記の審査内容の中で見ます。				
型	一、二、三				
約束組手	一、二、三、四、五、六				
ミット					
自由組手	【一般部】60秒×4 【壮年部】60秒×3 (インターバル30秒)				
試割り	<p>四方割り</p> <p>上段かかと落とし 2枚</p> <p>横蹴り 2枚</p> <p>肘打ち 3枚</p> <p>跳び上段回し蹴り 2枚</p> <p style="text-align: center;">四方割り</p> <p style="text-align: center;">正面</p> <table style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">1</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">(女性は各1枚)</p>	2	1	3	4
2	1				
3	4				

貳段受験

受験資格	初段取得後 1年（指導者6ヶ月）以上 出席50回以上
------	-------------------------------

研究発表	護身対処術3種 各3回
------	----------------

参段受験

受験資格	貳段取得後 2年（指導者1年）以上 出席100回以上
------	-------------------------------

研究発表	護身対処術3種 各3回
------	----------------

四段受験

受験資格	参段取得後 2年（指導者1年）以上 出席100回以上
------	-------------------------------

研究発表	護身対処術3種 各3回
------	----------------

五段受験

受験資格	四段取得後 2年（指導者1年）以上 出席100回以上
------	-------------------------------

研究発表	護身対処術3種 論文提出 各3回
------	------------------------

飛び級制度

6級まで飛び級受験ができます。但し、審査基準に達していない場合は、習得した内容により9～7級に合格となります。5級以上には飛び級受験できません。

原級留置

各級の審査基準に達していない場合は不合格とし、その級に留置します。但し、6級を飛び級受験した者は、習得した内容により9～7級に合格となる場合があります。

仮級制度

各級の審査基準に十分達していないが、不合格とは判定できない場合は仮級とし、帯は次の級の色に変更します。但し、審査は同じ内容を再受験するものとなります。この制度は6～1級のみで、9～7級及び段位には適用しません。

壮年部

40歳以上の方は壮年部となります。上段と指定された蹴りでも、中段以上を蹴れば合格とします。

移行措置

少年部から一般部へ移行した者は、段級位をそのままとしますが、次の受験段級から一般部の受験内容で受験するものとします。少年部で初段を取得した者は、一般部で弐段受験の際に、一般部の約束組手を審査内容に加えます。

最高段位

一般の最高段位は、五段とします。指導者のみ五段指導士として、五段練士、五段教士、五段範士まで取得できるものとします。

有段者による推挙

初段以上の者を正式な指導者とし、指導者として功績が認められた者に関しては、他の有段者が推挙し、指導者会議の合意をもって昇段することができます。また、五段指導士に関しては、全て推挙をもって昇段するものとします。

色帯の貸出・認定証の授与

9～7級の合格者には黄色線を差上げますので、帯に縫付けてください。6～1級の合格者及び仮級の者には色帯を貸出しますので、進級・退塾の際には御返却ください。認定証の授与は6級以上に合格した者が対象です。仮級の者は、正式に合格後、認定証を授与します。

ミット

ミットは、左右中段回し蹴りを各ラウンド3秒あたり1本以上のペースで蹴ります。前足はスイッチ（踏み替え足）をしてから蹴ります。

自由組手

自由組手は、超越塾が加盟する『NPO法人フルコンタクト空手道推進連盟』で採用されている試合規則に従い行います。NPO法人フルコンタクト空手道推進連盟主催の大会、または、それに準ずる試合規則の大会（原則的に手技による顔面有りの直接打撃ルール）に出場経験があると、1大会出場により1セットが免除されます。

研究発表

発表の内容は、型・約束組手と全く同一の物を除く護身対処術3種を自ら創案し、実演します。空手の特質上、自分は立ったまま、最後は必ず当身技で決めます。但し、相手を崩して倒す事、倒れた相手を膝によって制する事は可とします。内容は書面にまとめて提出します。また、五段受験時には「空手とは何か～競技・護身・歴史の観点から考察せよ～」をテーマとした論文も提出する事とします。