

日本拳法搏撃の形 三十二形

zako (H23)

形	仕 掛	撃 取	備 考
突に関する六形			
1	右本拳の面突 (頤)	左横受 左側身 右本拳の面突 (頤)	面突きを横受け落とす, 頤(アゴ)
2	左本拳の面突 (頤)	右横受 右側身 左本拳の洞突(左前稲妻)	前稲妻(マエイナズマ)体側肋骨下部の軟骨部, 反撃の際体を沈める
3	右本拳の洞突 (水月)	左下受 右本拳の面突 (頤)	左下受けの際, 左足を少し引く
4	左本拳の洞突 (水月)	右下受 退身 左本拳の面突(頤へ縦拳)	反撃の突きは寄り身をして行なう
5	右本拳の面突 (頤)	左沈身 左本拳の洞突 (水月)	水月(スイゲツ)みぞおち
6	左本拳の面突 (頤)	右沈身 右本拳の洞突 (水月)	撃取の左足を30度程開くと, 腰の捻りがよく利く
横打ちに関する六形			
7	右本拳の面横打 (左頤)	左上受 掛け 右開身 右本拳の面横打(左頤)	受掛けの後に開身をおこなう
8	左本拳の面横打 (右頤)	右上受 左本拳の面突 (頤)	右上受と同時に左本拳を出す
9	右本拳の洞横打(左前稲妻)	左下受 右本拳の面横打(左頤)	左下受けの際, 左足を少し退く 下受は強く利かせ, 反撃を接続
10	左本拳の洞横打 (水月)	右下受 退身 左表拳の外打 (鳥兎)	鳥兎(ウト)両眼の中央部, 反撃の外打は寄り身をして行なう
11	右本拳の面横打 (左頤)	左潜身 右本拳の洞横打(水月)	揚打がかつた横打ちとなる
12	左本拳の面横打 (右頤)	左横受掛け 反身 右開身 右本拳の面横打(左頤)	左横受掛けは裏あわせとなる 受掛けの後に開身をおこなう
雑打に関する六形			
13	右表拳の外打 (鳥兎)	左横受 左側身 右表拳の外打 (右霞)	左横受と左側身は合技 霞(カスミ)めじり
14	左表拳の外打 (鳥兎)	左上受 掛け 右側身 右本拳の面横打(左頤)	左上受と右側身は同時
15	右裏拳の斜打 (鳥兎)	反身 右裏拳の斜打 (鳥兎)	斜打の場合, 親指は人差指の横
16	左裏拳の斜打 (鳥兎)	右上受 左本拳の揚打 (頤)	上受と同時に前足を引きつけ 腰を低くする 反撃は入身
17	右本拳の揚打 (頤)	左下受 反身 右本拳の揚打 (頤)	左下受と反身は合技 揚打は手首のスナップを利かせる
18	左本拳の揚打 (頤)	左下受 反身 右裏拳の斜打 (鳥兎)	斜打は手首のスナップを利かせる
蹴技に関する六形			
19	右裏足の突蹴 (明星)	左下受 右側身 左裏足の突蹴 (明星)	明星(ミョウジョウ)へそ下3センチ
20	左裏足の突蹴 (明星)	右下受 退身 左本拳の面突(頤へ縦拳)	右下受けと退身は合技 反撃の突きは寄り身をして行なう
21	右裏足の揚蹴 (水月)	体を退き 左掬受掛け 右裏足の揚蹴 (股間)	掬受掛けの後, 右手をあわせ, 仕掛けの足首を両手で確保, 左へ引き寄せ股を開かせ揚蹴
22	左裏足の揚蹴 (明星)	右掬受流し 退身 左本拳の洞横打(左前稲妻)	受流しの後, 左足を仕掛けの 左足の外側に踏込み, 右側身の 体勢から反撃する
23	右本拳の面突 (頤)	左横受 左側身 深く入身 右膝蹴 (水月)	右手は左頸部と肩にかけ 左手は左横受を滑らせ肩で挟む
24	左本拳の面突 (頤)	反身 左裏足の突蹴 (洞)	反身と同時に突き蹴 (待蹴)
片手技八形(横受変化二形, 上受変化二形, 下受変化二形, 掬受変化二形)			
25	右本拳の面突 (頤)	左横受押し 左本拳の面突 (頤)	仕掛けの腕を円をえがいて下に 押しやりその反力, 惰力を用いる
26	左本拳の面突 (頤)	右横受流し 右開身 右本拳の面横打(左頤)	右横受の際, 右開身の発動を含む
27	右本拳の面横打 (左頤)	左上受 体を沈め 左本拳の洞横打(右前稲妻)	はね返る受手を円動させ横打
28	左本拳の面横打 (右頤)	右上受 円動 右本拳の面突 (頤)	右上受の後, 受掛け右下へ円動 その力を用いて面突する
29	右本拳の洞突 (水月)	左掌拳下受 左本拳の面突 (頤)	掌拳による真下への波動の受打と, その反力を生かした面突
30	左裏足の突蹴 (明星)	右下受 左側身 右表拳の外打 (鳥兎)	下受と横身は同時, 反力で外打
31	右裏足の突蹴 (明星)	右掬受掛け 退身 右本拳の洞横打(右前稲妻)	受掛けた足は, 自分の右斜後へ 掛け棄てて, 入身し反撃する
32	左裏足の揚蹴 (明星)	左掬受流し 体を引き左開身 左表拳外打 (鳥兎)	掬受流しと体を引く左開身は同時