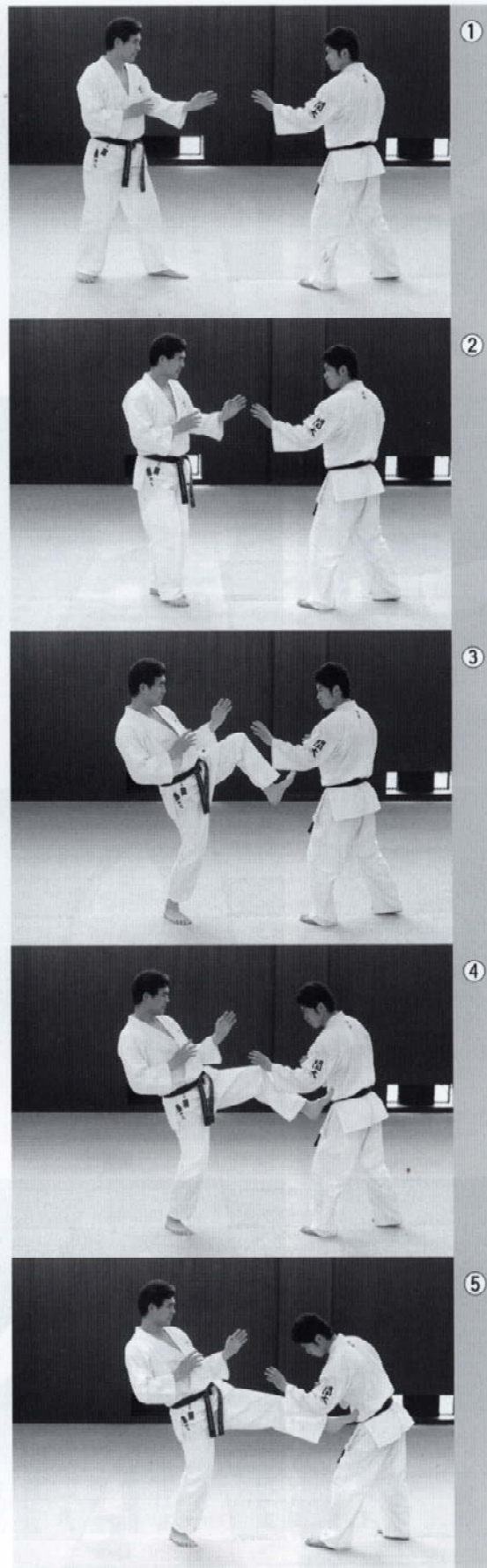


〔対人〕

①⑤ 対人での前足の突蹴。
 「この蹴りは相手を突く蹴りです。パンチと同じで、腕が折りたたまれた状態から突きに行く動きが足で行われる、とイメージしてください。
 また、この動きは揚蹴よりもヒザを高く上げるので、初心者は(1) ヒザを上げて

から(2) 蹴る、と二挙動になってしまいます。最初の段階の稽古では蹴り足を元の軌道を逆戻りさせて構えに戻るのには難しいでしょうから、蹴ったまま前に落とすようなやり方で始めても構いません。ヒザを上げてから蹴るまでの動きを段々一挙動でできるようにしていくことが大切です」
 (雑古七段)



〔一〕 横蹴よこげり

(正面)

①⑧ 前足をやや外に開きながら一步踏み出し、体を回転させて横から裏足で脇腹を蹴る。

