

杖取り技法のチェックシート (ver.211107)

廿日市合気道クラブ

5種類以上、止めがかかるまで。取りは右相半身の自然体。受けは直突きの構えから、取りの中段を突き切ることが大事。

1) 取りは左に腰を切ってから入り身して、左手は下から右手は上から杖を掴み、その約三分の二を制する。

- ① 左杖先を左から右下に回しつつ左に轉身してから、下段に杖を突いて投げる。残心
- ② 左杖先を左から右下に回しつつ左に轉換してから、杖を突きあげ、さらに前に杖を突き出して投げる。残心
- ③ 左杖先を前に突きあげつつ左に轉身してから、さらに前に杖を突き出して投げる。残心
- ④ 左杖先を前に突きあげつつ左に轉換してから、さらに前に杖を突き出して投げる。残心
- ⑤ 左杖先を前に突きあげつつ右に入り身してから、杖を左後方に回して投げる。残心
- ⑥ 左杖先を前に突きあげつつ、内に抜けての四方投げ。残心

2) 取りは腰を左に切ってから入り身して、受けの左脇腹に当て身する。

- ⑦ 右手で杖の中ほどを掴んで制し、左手で受けの近くに取り直し、右手で受けの側方に入り身して投げる。残心
- ⑧ 右手で杖の中ほどを掴んで制して後ろに轉換し、右手を振り上げ杖に左手を逆手に添えて一教投げ。残心
- ⑨ 右手で受けの左手を掴んで制して前に崩し、小手を返して投げる。残心
- ⑩ 右手で杖の中ほどを掴んで制し、左手で受けの近くに取り直し、右手で受けの側方から右袖を取って呼吸投げ。残心
- ⑪ 右手は下から左手は上から杖を掴み、その約三分の二を制する。右杖先を右から左下に回しつつ右に轉身してから、下段に杖を突いて投げる。残心
- ⑫ 右手は下から左手は上から杖を掴み、その三分の二以上を制する。右杖先を左から右に回しつつ杖を突きあげ、さらに轉換したのちに前に杖を突き出して投げる。残心

以上