

ルールは稽古の中で指導しますので、以下の表は確認用としてお使いください

組手防具購入希望の方は、申込み用紙をお渡ししますので、担当指導員にお声を掛けてください

組手

試合ルール	幼児, 小学生, 中学生	1分30秒フルタイム 4ポイント差
	高校生, 一般, シニア	2分フルタイム 4ポイント差
防具	拳サポーター	小学生以下 リバーシブルまたは全空連指定赤/青 中学生以上 全空連指定赤/青
	ボディプロテクター	一般も含め全種目必須
	金的カップ	小学3年以上男子は必須 2年以下は任意

赤帯、青帯の使用は可能

形

	予選（ベスト 8 まで）	決勝（準々決勝以降の 3 回戦）
幼児	基本形のみ（ヘイアン 5 段など）	
小学生	基本形のみ	自由形 但し予選で使用した形は演武出来ない 繰り返して演武して良い
中学生男子	基本形のみ	
中学生女子	基本形のみ	
少年男子	基本形のみ	
一般女子	基本形もしくは は指定形（第 1， 2）	予選用の基本形と自由形もう一つ、 2つ以上の形が必要
シニア女子	基本形のみ	
一般有級男子	基本形のみ	
一般有段男子	指定形（第 1， 2）	自由形 但し予選で使用した形は使えない 毎回戦、形を変えなければならない

基本形とは、ピンアン・ヘイアン・ゲキサイを指す