

初級 1歩マツソギ課題 (8級～7級)

1番



【足の合わせ方】つま先を合わせる
攻撃側が、防御側のつま先に合わせる



※1～6番は攻撃側がコンヌンソギで構える

【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】コンヌンソ・カウンデ・パロチルギ

【防御】コンヌンソ・アンパルモ・カウンデ・ヨプマッキ

【反撃】カウンデ・パンデチルギ



2番



【足の合わせ方】カカトを合わせる
攻撃側が、防御側のカカトに合わせる



【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】コンヌンソ・ノブンデ・パロチルギ

【防御】コンヌンソ・パルモ・チュキョマッキ

【反撃】ノブンデ・パンデチルギ



3番



【足の合わせ方】つま先を合わせる
攻撃側が、防御側の中心に合わせる



【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】ニウンチャソ・カウンデ・パンデチルギ

【防御】ニウンチャソ・アンパルモ・カウンデ・ヨプマッキ

【反撃】その場でオープンソク・カウンデ・パンデトルキ

※相手の脇の下を狙う

4番



【足の合わせ方】つま先を合わせる
攻撃側が、防御側の中心に合わせる



【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】ニウンチャソ・ソンカル・ヨプテリギ

【防御】ニウンチャソ・ソンカル・テビマッキ

【反撃】その場でカウンデ・ヨプチャチルギ

※相手の脇の下を狙う



5番



【足の合わせ方】カートを合わせる
攻撃側が、防御側のカートを合わせる



【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】ナジュンデ・アプチャブシギ

【防御】コンヌンソ・パカパルモ・ナジュンデ・パロマツキ

【反撃】ナジュンデ・アプチャブシギ



6番



【足の合わせ方】つま先を合わせる
攻撃側が、防御側の中心に合わせる



【準備姿勢】コンヌンソギ

【攻撃】カウンデ・トルリョチャギ

【防御】コンヌンソ・パカパルモ・カウンデ・ヨブマツキ

【反撃】カウンデ・トルリョチャギ



7番



※7番～12番はお互いにナラニチュンビソギで構える



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】右・ナジュンデ・アプチャブシギ

【防御】ティツパルソ・パルモ・テビマツキ

【反撃】カウンデ・ヨブチャチルギ



※右に移動しながら動作する



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】左・ナジュンデ・アプチャブシギ

【防御】ティツパルソ・パルモ・テビマツキ

【反撃】カウンデ・ヨブチャチルギ



※左に移動しながら動作する

9番



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】右・カウンデ・ヨブチャチャルギ

【防御】ニウンチャソ・パルモ・テビマツキ

【反撃】トルミヨ・ヨブチャチャルギ



10番



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】左・カウンデ・ヨブチャチャルギ

【防御】ニウンチャソ・パルモ・テビマツキ

【反撃】トルミヨ・ヨブチャチャルギ



11番



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】右・カウンデ・トルリョチャギ

【防御】ニウンチャソ・ソンカル・テビマツキ

【反撃】カウンデ・パンデ・トルリョチャギ



※攻撃側: アンヌンソ・カウンデ・ナラニマツキ

12番



【準備姿勢】ナラニチュンビソギ

【攻撃】左・カウンデ・トルリョチャギ

【防御】ニウンチャソ・ソンカル・テビマツキ

【反撃】カウンデ・パンデ・トルリョチャギ



※攻撃側: アンヌンソ・カウンデ・ナラニマツキ