

# 全日本武術総合空手道連盟大会ルール規定

## 有効技○



正拳突き



正拳下突き



首から下への肘打ち



下段蹴り



前蹴り



後ろ蹴り



三日月蹴り



中段廻し蹴り



上段廻し蹴り



後ろ廻し蹴り



踵落とし蹴り



足刀横蹴り



上段膝蹴り  
※上級者のみ有効技とする



足払いから瞬時の下突き  
(寸止めの決め)

監修／松栄塾 重松 栄一 代表  
演武／拳成館 黒澤 貴太郎 (伍段)  
石井 善徳 (初段)  
撮影／中央印刷(有) 佐々木 哲



※写真は主な有効技の紹介であって全てではありません。