

# 少年部審査申込書

審査料 3000円

審査日時 月 日 時~  
申し込み日 月 日

## 橙帯

### 審査資格

青帯であること 無級だが他流派経験1年以上ある場合  
無級だが3年生以上で指導者に審査挑戦を認められた者  
事前に基礎体力審査に合格

(腕立て5・腹筋20・スクワット30 各1分以内)

### 合格基準

17項目 3段階評価 優が3 良以上が12

## 審査項目

名前	必ず自分で書くこと		備考
	優・良・否		
	柔軟	優・良・否	
	組手構えは前足を固定 立ち方	優・良・否	<input type="checkbox"/> ガード <input type="checkbox"/> 重心 <input type="checkbox"/> 戻り <input type="checkbox"/> 足幅 <input type="checkbox"/> 安定感
基本技	20本 左右正拳4本突き 立ち方 気合	優・良・否	
	左右各10本 鉤突き(フック) 立ち方 気合	優・良・否	
	左右各10本 中・上段前蹴り 立ち方 気合	優・良・否	
移動	組手構え 立ち方	優・良・否	<input type="checkbox"/> ガード <input type="checkbox"/> 重心 <input type="checkbox"/> 戻り <input type="checkbox"/> 足幅 <input type="checkbox"/> 安定感 <input type="checkbox"/> 進み方
	左右正拳4本突き 立ち方 気合	優・良・否	
	ワンツーパーンチから左右ミドルキック 立ち方 気合	優・良・否	
形	平安二段	優・良・否	<input type="checkbox"/> 順序 <input type="checkbox"/> 立ち方 <input type="checkbox"/> キレ <input type="checkbox"/> 力強さ <input type="checkbox"/> 美しさ
ミット	10本 ワンツーフック 立ち方 気合	優・良・否	
	左右各10本 まわし蹴り 立ち方 気合	優・良・否	
防御	前蹴りに対する防御技術 ☆頭にくらうと何をしても否☆	優・良・否	<input type="checkbox"/> 構え <input type="checkbox"/> 重心 <input type="checkbox"/> 目線 <input type="checkbox"/> 確実か <input type="checkbox"/> 正しいやり方か
組手	姿勢	優・良・否	
対戦相手	攻撃	優・良・否	
勝敗	防御	優・良・否	
気合	大きい気合(かけ声)を出して技が出せているか	優・良・否	

合・否

総評