

無級 ～ 六級	
1	臂力の養成 一、二
2	正面打ち一か条抑え 一
3	片手持ち二か条抑え 二
4	片手持ち四方投げ 一
5	両手持ち天地投げ
6	後ろ両肘持ち入り身投げ 一
7	（指定技 六級のみ）

五級 ～ 三級	
1	体の変更 一、二
2	正面打ち二か条抑え 二
3	正面打ち三か条抑え 二
4	片手持ち四方投げ 一
5	顔面突き肘抑え
6	後ろ両手持ち合気投げ
7	指定技
8	指定技

二級 ～ 一級	
1	終末動作 一、二
2	片手持ち一か条抑え 一
3	後ろ片手首持ち三か条投げ
4	肩持ち呼吸投げ
5	手首持ち入り身投げ 一
6	半身半立ち四方投げ 側面
7	両手持ち体変更呼吸投げ
8	指定技
9	指定技
10	胸持ち自由技（仕手と受け）

指定技／級	
1	横面打ち四方投げ
2	横面打ち一か条抑え
3	胸持ち二か条抑え
4	横面打ち三か条抑え
5	正面打ち四か条抑え
6	正面打ち正面入り身投げ
7	正面打ち肘締め
8	正面打ち小手返し

六級は一つ、五級は二つと級が上がるごとに対象の技を一つ増やす。どの技にするかは指導者が決める。技は一、二（表裏）行う。

初段	
1	基本動作
2	後ろ両手持ち四方投げ 二
3	横面打ち側面入り身投げ 一
4	横面打ち肘当て呼吸投げ 一
5	座り横面打ち四か条抑え 二
6	正面突き肘当て呼吸投げ
7	後ろ襟持ち肘締め 一
8	正面打ち体変更後方倒し
9	座り両手持ち天地投げ
10	指定技
11	指定技
12	指定自由技（仕手と受け）
13	二人取り自由技（素手、短刀）

貳段	
1	座り正面打ち一か条抑え 一
2	後ろ両手持ち一か条抑え 一
3	肩持ち二か条抑え 一
4	正面打ち三か条抑え 一
5	正面打ち四か条抑え 一
6	半身半立ち四方投げ 応用
7	正面突き腕絡み 仰向け抑え
8	横面打ち肘固め
9	指定技
10	指定技
11	指定自由技（仕手と受け）
12	指定自由技（仕手と受け）
13	三人取り（素手、短刀、太刀）

参段	
1	座り肩持ち一か条肘締め 一
2	斜め手首持ち二か条抑え 二
3	座り肩持ち二か条肘締め 一
4	肩持ち三か条抑え 一
5	座り正面打ち三か条抑え 二
6	横面打ち四か条抑え 二
7	正面突き片手入り身突き
8	後ろ両肘持ち入り身投げ
9	横面打ち腕背負い肘当て投げ
10	指定技
11	指定技
12	指定自由技（仕手と受け）
13	指定自由技（仕手と受け）
14	三人取り（素手、短刀、太刀）

指定技／段	
1	後ろ襟手首持ち一か条抑え 一
2	片手持ち二か条肘締め 二
3	片手持ち二か条回転投げ
4	袖持ち二か条転換抑え
5	肘持ち二か条抑え 二
6	肩持ち二か条抑え 二
7	座り両手持ち二か条抑え 二
8	座り横面打ち二か条抑え 二
9	片手持ち三か条抑え 潜り
10	胸持ち三か条抑え 一、二、潜り
11	横面打ち三か条抑え 内受け
12	座り横面打ち三か条抑え 二
13	横面打ち三か条抑え
14	後ろ両手持ち三か条抑え 一
15	後ろ抱き三か条投げ
16	肩持ち横面打ち四方投げ
17	横面打ち四方投げ
18	肩持ち側面入り身投げ 一
19	正面打ち側面入り身投げ 二
20	正面突き小手返し 一
21	横面打ち小手返し 一
22	襟持ち肘締め 二
23	座り両手持ち肘当て呼吸投げ
24	片手首持ち肘曲げ後方投げ 二
25	両手持ち体変更呼吸投げ
26	半身半立ち両手持ち四方投げ

指定自由技	
1	正面打ち自由技
2	横面打ち自由技
3	片手持ち自由技
4	両手持ち自由技
5	正面突き自由技
6	肩持ち自由技
7	後ろ両手持ち自由技
8	後ろ両肘持ち自由技
9	後ろ両肩持ち自由技
10	短刀取り自由技
11	太刀取り自由技

注
二人取り、三人取り
素手・太刀は正面打ち
短刀は正面突き

○現在の級、段位を卫冕する。