

日本拳法連盟 中級基本課題・打撃編

基本課題(1)	左面直突	-----	左外受、右胴直突
基本課題(2)	右胴直突	-----	左下受、右面直突
基本課題(3)	右面直突	-----	左外受、右面直突
基本課題(4)	右面直突	-----	左内受、右胴直突
基本課題(5)	右胴直突	-----	(引足)左下受、右揚蹴
基本課題(6)	右突蹴(替足)	-----	左掬受、右面直突
基本課題(7)	右面直突	-----	(引足)左押受、右揚蹴
基本課題(8)	右突蹴(替足)	-----	左掛下受、右胴直突
基本課題(9)	右胴直突	-----	左下受、左揚蹴
基本課題(10)	(繼足)左突蹴	-----	左掛下受、右面直突