

第七ノ型

“ 浜風 ”

よい 左浜風の構え



1 右中段掴み受け



2 左中段突き



3 片足立ち上段両前尺受け



4 右下段横蹴り



5 右肘中段横突き



6 手刀上下段受け



7 手刀上下段受け(連続)



8 右中段絡め受け



9 右下段払い受け
左上段盾受け(同時)



10 左下段払い受け
右上段盾受け(同時)



11 上段裏拳正面叩き



12 右脇腹防御



13 左斜め前中段正拳突き



14 右斜め前上段裏拳



15 左中段回し蹴り



16 後ろ掛け蹴り



17 回し蹴り(連続)



18 右綾波の構え



19 左上段のど輪突き



20 右中段鉄槌落とし



21 (一步踏み込み)
右跳び後ろ横蹴り



22 左下段突き



23 右上段突き



24 左中段突き(23と連続)



25 (下がりながら)
右肘中段抑え受け



26 左中段貫き手立て突き



(右足をひきつつ)
手を振りほどく動き



27 跳び右後ろ回し蹴り



28 右浜風の構え



29 右中段盾受け



30 左下段貫き手
(手のひらを上)



31 右下段払い受け



32 右下段突き
(左を添える)



33 終了(元の姿勢へ)