



新極真会・大阪東部支部・昇級、昇段審査基準 (成人部:中学生以上)

| 帯 | 稽古回数 | 基本&移動 | 試合経験評価 | 型 | 補強 | 組手 |
|-------------|-----------------------------|--|----------------------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| 白 無級 | 30回以上の 出席を目標 | 級が上がるにつれ正確に素早く力強く気合いを入れて行うこと 別紙の極真カラテの基本&移動稽古表を参照 | 免除 | 太極 I・II | | 免除 |
| オレンジ 10級 | 30回以上の 出席を目標 | | 交流試合を 1回以上 参加 | 太極 III | 平安 I | 1人組手(1分間) |
| オレンジ 9級 | | | | | | |
| 青 8級 | 30回以上の 出席を目標 | | 交流試合並び 各種大会 2回以上 参加 | 平安 II | | 1人組手(1分30秒) |
| 青 7級 | | | | | | |
| 黄 6級 | 30回以上の 出席を目標 | | 交流試合並び 各種大会 2回以上 参加 | 平安 III | | 1人組手(1分30秒) |
| 黄 5級 | | | | | | |
| 緑 4級 | 1年以上空ける | | 上記と同じ | 安三 平安 IV | | 3人組手(1分間) |
| 緑 3級 | ①1年以上空ける | | 上記と同じ | | | |
| 茶 2級 | ②「黒帯究道会」 を含め技量&力量 を評価 | | | | 平安 I～V 安三 | 腕立て100回 ジャンピングスクワット 100回 |
| 茶 1級 | | 最破 突きの型 | | | 10人組手(1分30秒) | |

※「稽古回数」に関しては、＜審査規約＞に基づき(週1回コース/週2回以上のコース)で最低来れる稽古回数を計算しております。
基本は、優先的にコース選択を致します。
50歳以上の方は、「試合経験評価」を免除とします。技量のみを評価対象とします。

＜内審加点評価＞

①大会入賞 ②合宿参加 ③支部内行事参加 ④強化稽古参加 等