



# 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 <b>1回以上</b> 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 <b>2回以上</b> 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 <b>2回以上</b> 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		上記と同じ	平安 I～V 安三	腕立て100回 ジャンピングスクワット 100回	5人組手(1分間)
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

※チャレンジクラスでの優勝経験者は支部内交流大会エントリーは出来ません。