



# 少林寺拳法

会場地 : 尼崎市

## 競技紹介

少林寺拳法は、宗道臣氏そうどうしんが、中国で学んだ拳技けんぎを基に1947年に、「人づくりによる国造りの道」として始めました。

相手に勝つことを目的とするのではなく、己に克ち、心と体を整えて、自信と勇気と行動力を身につけ、さらには相手のことを思いやる心を育て、社会に貢献できる人間を育成することを目的としています。

その少林寺拳法は、剛法、柔法、整法の三法二十五系より成り立っており、突き・蹴り主体の剛法も、抜き・逆・固めなどが主体の柔法も、その技法は守りと反撃からなる護身の技術で、体格の大きさや力の強さに頼らずとも相手を制することができるよう合理的に構成されています。

現在は海外31ヶ国にも普及し、登録会員は150万人を超えています。また、各地区講習会や4年に一度の国際大会なども開催されています。



## 競技方法

競技は、(財)少林寺拳法連盟競技規則・審判規則に基づき実施し、組演武と団体演武・単独演武で少林寺拳法衣(道衣)を着用して行います。

組演武は、2～3名を1組として総合点で優劣を競います。

団体演武は、6～12名を1組として総合点で優劣を競います。

単独演武は単独で競い、総合点で優劣を競います。

演武時間は原則として1分30秒以上2分以内で、3分間を超過する場合は失格となります。

# 競技場の概要

## 【会 場】

### 尼崎市記念公園総合体育館

尼崎市記念公園総合体育館は、市政70周年記念事業の中心事業として建設されたもので、国際的、全国的な競技会をはじめ、体育・スポーツの振興を通じ、市民の皆さんの健康で文化的な生活の向上に寄与するために設置した、尼崎市のスポーツ施設の拠点です。

この施設は、本大会で使用するメイン・アリーナ(1,850㎡:50m×37m)をはじめ、サブ・アリーナ、トレーニング室、格技室、エクササイズスタジオ、スポーツ・サウナ、弓道場等を有しており、各種スポーツ競技はもとより、大規模な集会や各種イベント等の文化的行事にも利用できます。

