

⑨		9級での基本		
基本 合わせ その場 外から受 ける	自然体	外受け	攻め 受け	右中段突き 右中段外受け
		内受け	攻め 受け	右中段突き 左中段内受け
		上段受け	攻め 受け	右上段手刀打ち 右上段上げ受け
		下段払い	攻め 受け	右中段前蹴り 右下段払い
		手刀受け	攻め 受け	右中段突き 右中段手刀受け
		肘受け	攻め 受け	右中段突き 左中段肘受け