松門会習得内容 （初段までの必須項目）			黄色		水色		緑色		紫色		茶色		黒
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	初
	基本型	基本形1	○										
		基本形2	○										
		拳手法		○									
古流型	少林寺流 7つの型	アーナンクー		○									
		ワンシュウ			○								
		セイサン					○						
		パッサイ							○				
		ウーセーシー									○		
		チントー										○	
		クーサンクー											○
古武道	棒 （琉球古武道）	天龍の棍					○						
		大城の棍						○					
		周氏の棍（小）							○				
		徳嶺の棍									○		
	杖	方円杖											○
組稽古	ミット打法	1～4						○					
	組術	初伝（1教）								○			

印西支部基本稽古（こちらを稽古してから松門会習得内容に入る事。）

⑩	基本	突き・蹴り・前進後退	○										
⑨	基本合わせ	その場		○									
⑧	基本合わせ	見切り			○								
		捌き			○								
⑦	基本合わせ	移動				○							
	実際の当て	突き・蹴り				○							
	体の耐性	受けさせる				○							
	棒の基本	打ち・突き・受け				○							
⑥	基本の攻め	連続技					○						
⑤	基本の受け	連続技						○					
④	猫足立ち	前・足刀・回し蹴り							○				
	受けから攻め	連続技							○				
③	蹴りの受け	前、回し、後ろ回し								○			
	突き蹴りの受け	連続技								○			
②	連続攻め技	連続技、フェイント									○		
①	十字受け	受けから攻め										○	
	カウンター	受けと同時の攻め										○	
初	回し受け	見切り・踏み込み											○