

日本拳法連盟 流煙の形

1. 左面直突 ----- 左外受、(引足前重心)右揚蹴
2. 右胴揚蹴 ----- 左掬受、右面直突
3. 右面直突 ----- 左内受、右胴直突
4. 右胴直突 ----- 左下受、右面直突
5. 左外受、右胴膝蹴 ←----- 右面直突 / 膝蹴返し、右押突
6. 右面直突 ----- 左外受、刈倒し、右押突
7. 左面直突 ----- 左外受掛、逆手引き捕
8. 右胴直突 ----- 左下受、小手捻捕、右面揚蹴
9. 左面直突 ----- 右掛受、体落し、右押突
10. 右胴突蹴 ----- 左掬受流、腰車、左押突