

○トサン（鳥山）

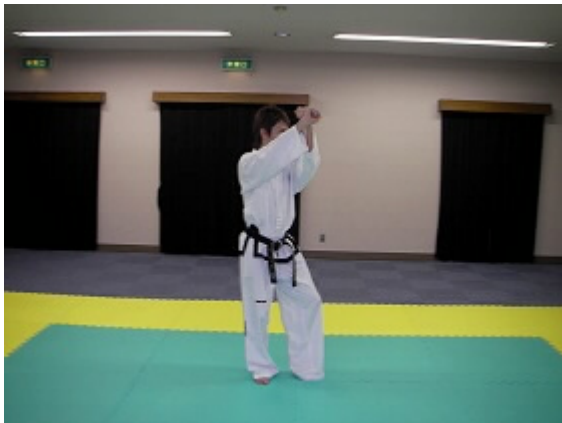
動作数…24



○準備



○コンヌンソ・パカパルモ・ノプンデ・ヨンマッキ。
右足に体重を乗せてダウンします。両手は肩の高さ。



○アップの状態。額の前で組みます。



○受けます。受け手の肘は肩の前、角度は約 90 度。
拳の向きは 45°。拳の位置は体の中心、拳の先端が
目の高さ。



○その場でコンヌンソ・カウンデ・パンデチルギ
ダウンの状態。後ろの足の踵を上げて膝を曲げま
す。



○アップの状態。そのまま膝を伸ばします。



○踵を付けて突きます。



○方向転換（トラソ）してコンヌンソ・パカパルモ・ノブンデ・ヨンマッキ。まず前足を上げ、後ろ足に体重を乗せます。



○コンヌンソギの状態の体の中心と前足の踵のラインが交わる位置につま先を置き、反対を向いてダウンします。



○アップの状態。



○受けます。



○同様に突きます。



○前足（右足）を軸にニウンチャソ・ソンカル
・カウンデ・テビマッキ。



○コンヌンソ・ソンソク・カウンデ・パロトウル
キ。ダウンの状態。両腕を約 45° 方向に伸ばし、
手の平が自分の方に向くように。拳は肩の高さ。



○アップの状態。体のほぼ真横に拳が来ます。
手の平が自分の方に向くように。拳は目の高さ。



○貫きます。抜き手の位置はカウンデチルギと
同様。抜き手でない方の手は肘の下に添えます。
向きは手の平が下に向きます。手の形はソンカル。



○手を捕まれたとして振りほどく動作（名称無
し）。上半身はそのまま両足の踵を上げます。
アップの状態。



○右手の手の平を下に向ける方向に回転させてほど
ほどきます。この時右手はやや前に突き出します。
両足のつま先は真横に向けて踵を着けます。それに
伴い体の向きは約 45°。左手は脇の下辺りに来ます。



○前足（右足）を軸に背中側に周り、コンヌンソ・トゥンジュモ・ノブンデ・ヨプテリギ。ダウンの状態。両手は肩の高さ。



○アップの状態。前の手が頭の上に来ます。



○叩きます。拳が自分のこめかみに来るように。肘から拳のラインが床に対して垂直。拳の向きはやや手の平が自分に向くように。



○前足（左足）を軸に前にもう1度同じ動作。



○前足（右足）を軸に背中側に周り1動目と同じ動作。



○2動作目と同じ動作。



○3 動作目と同じ動作。



○4 動作目と同じ動作。



○前足（右足）を軸に左斜め 45° にコンヌンソ・パカパルモ・ノブンデ・ヘチョマッキ。ダウンの状態。両手の平は自分の方を向けます。位置は肩の前。



○アップの状態。手首を交差させ、なるべく上にあげます。



○受けます。肘は肩幅。拳は左右、肩幅より拳1個分ずつ内側で拳の先端が目の高さ。拳の向きは 45° 。



○後ろ足（右足）からアップチャプシギ。



○コンヌンソ・カウンデ・トゥーボンヨンソク
チルギ。まず右手にてカウンデチルギを放つ。



○次に即座に左足の踵を浮かせ左手で突く準備
をする。



○踵を着けながら左手で突きます。



○後ろ足（左足）を軸に右 45° にコンヌンソ・パカ
パルモ・ノプンデ・ヘチョマッキ。



○後ろ足（左足）でアプチャブシギ。



○コンヌンソ・カウンデ・トゥーボンヨンソク
チルギ。



○後ろ足（右足）を軸に正面にコンヌンソ・パ
カパルモ・ノプンデ・チキョマツキ。



○もう1度同じ動作。



○前足（右足）を軸に背中側に回転してアンヌ
ンソ・ソンカル・カウнде・ヨプテリギ。ダウ
ンの状態。拳は肩の高さ。



○アップの状態。額の前で組みます。



○叩きます。体は真横、腕は床に対して水平に
なるように。



○今度は反対方向に同じ動作をします。アンヌンソ
ギで横移動はできないので、まずアップします。



○ダウンの状態。先ほどと同様。



○アップの状態。



○叩きます。動作終了後にツールの名前を言います。(トサン)



○左足に戻ります。