

①級レベルの東日本けん玉道チャンピオンシップに出てくる技はこれ！(2023-)

名前

予選種目 25種目×2回試技 ⑩～⑳を選択技とする。どちらかを選択して試技を行うこと。

入門技	初級技	中級技	選択技 (どちらかを選びます)	選択技 (どちらかを選びます)
①大皿 おおざら こざら	⑥前ふり中皿 まえ ちゅうざら やきゅうおおざら	⑪前ふりろうそく まえ	⑩まわしとめけん / 野球中皿 やきゅうちゅうざら	⑲灯台 とうだい / はやて中皿(手のセスタート) ちゅうざら て
②小皿	⑦野球大皿 やきゅうおおざら	⑫ふりけん	⑰おみこし / 手のせうぐいす～けん て	⑳ペンギン中皿 ちゅうざら / 町一周(けん先の上～けん) まちいっしゅう さき うえ
③中皿 ちゅうざら	⑧空中ブランコ くうちゅう	⑬日本一周 にほんいっしゅう	⑱もしかめ11回～けん / とめけん～村一周 むらいっしゅう	㉑つばめ返し(回転方向は自由) / 八の字大皿(回数は自由) がえ かいてんほうこう じゅう
④ろうそく	⑨とめけん	⑭世界一周 せかいいっしゅう	㉒手拍子つるし持ち(1回) / もちかえ技(けん→玉) てびょうし もち(かい) わざ たま	㉒大皿秘竜のぼりけん(ささない) / 秘竜のぼりけん(ささない) おおざら ひりゅう
⑤前ふり大皿 まえ おおざら	⑩飛行機 ひこうき	⑮けん先すべり さき	㉓逆手でもしかめ5回 / 逆手で野球大皿 さかて やきゅうおおざら	㉓ふりけん～県一周 / 大皿～リフティング大皿 けんいっしゅう おおざら
補足	⑧⑨⑲: この部門では皿胴接触は不問。		⑱⑳: もしかめのスピード不問。止まらないこと。	
ルール	⑮: この部門ではけん先の途中静止はとらない。		㉑: もしかめグリップのまま、けんにさす。	
			㉒: もしかめグリップもけんグリップも可。	
			㉓: 灯台の完全静止は体が全て止まったら数え始めること。	

決勝選技・初級の部 10級～4級レベル		決勝選技・中級の部 3級～準初段レベル		補足ルール
①ろうそく	⑪もしかめ30回 たけ とんぼ て (手のセスタート)	①とめけん～竹とんぼ	⑱ヨローッパー一周 いっしゅう	もしかめ スピードは不問。止まらないこと。
②前ふり小皿 まえ こざら	⑫竹とんぼ	②手のせけん先すべり	⑲十字 じゅうじ	皿胴にふれた指 この部門では不問とする。
③野球中皿 やきゅうちゅうざら	⑬飛行機 ひこうき	③飛行機 ひこうき	⑳日本一周～世界一周 にほんいっしゅう せかいいっしゅう	八の字技 回転は正しく、縄跳びの後ろ回しのように。
④もしかめ20回 かい	⑭おみこし	④村一周 むらいっしゅう	㉑つばめ返し(けんグリップ)往復～けん がえ かいてん おうふく	大皿秘竜 もしかめグリップで行う。
⑤空中ブランコ くうちゅう	⑮手拍子つるし持ち(1回) てびょうし もち(かい)	⑤ふりけん	㉒居合いとめけん いあ	ペンギン中皿 前ふりでも可。
⑥前ふりろうそく まえ	⑯ふりけん	⑥空中ブランコろうそく くうちゅう	㉓けん先すべり～地球まわし さき ちきゅう	十字 大皿側でも小皿側でも可。
⑦逆手で大皿 さかて おおざら	⑰八の字大皿 はち じ おおざら	⑦逆手でまわしとめけん さかて	㉔手のせうぐいす～回転けん て	けん先すべり この部門では途中静止はとらない。
⑧逆手で小皿 さかて こざら	⑱大皿秘竜(ささない)～野球大皿 おおざら ひりゅう やきゅうおおざら	⑧逆手でもしかめ10回 さかて(かい)	㉕うぐいす	タイム競技 ①から順番どおり成功させること。
⑨逆手で中皿 さかて ちゅうざら	⑲逆手で空中ブランコ さかて くうちゅう	⑨逆手でとめけん さかて	㉖逆手で飛行機 さかて ひこうき	
⑩とめけん	⑳手のせ灯台～さか落とし て とうだい お	⑩灯台 とうだい	㉗はねけん	
初級タイム競技(全選技終了時)		中級タイム競技(全選技終了時)		
①中皿 ちゅうざら	②ろうそく まえ おおざら	③前ふり大皿 やきゅうおおざら	④野球大皿 やきゅうおおざら	
⑤とめけん	①空中ブランコ くうちゅう	②とめけん	③飛行機 ひこうき	
	④ふりけん ちゅうざら	⑤世界一周 せかいいっしゅう		

試合の流れ	★試合では、くじ引きで技を決め、出た技をお互い1回ずつ試技。優劣がついたら即「1本」です。これを「2本」とれたら勝ち、と覚えましょう。
	★お互いに3回試技しても優劣つかない時は、どちらにも1本入らずに、その技は「引き分け」で次の技にいけます。くじ引きは、ふつうの試合では最大4種目です。
	★決勝戦のみ、「3本とれたら勝ち」「最大6種目」です。なお、同点で決着をつける時には「タイム競技」を行います。審判の判定を示す青旗の表示に気をつけましょう。
ワンポイント	★静止には2種類あり、きわどいと失敗になりやすいです。①完全静止: 体の動きをとめて3秒ガマン! ②途中静止: 移行時のもの。体の動きをとめて、1秒以上ガマン!
	★一般に「はじめ!」から15秒以内にはじめて、40秒以内に終わる必要があります。★「はじめ!」の前に始めたりすると「注意」になります。「注意」を2回以上もらうとその技は失敗です。

②段レベルの東日本けん玉道チャンピオンシップに出てくる技はこれ！(2023-)

名前

予選種目 25種目×2回試技。①～⑮を選択技とする。どちらかを選択して試技を行うこと。

固定技		選択技 (どちらかを選びます)		選択技 (どちらかを選びます)		選択技 (どちらかを選びます)	
①とめけん～日本一周	⑥うぐいす～けん	⑪八の字ふりけん / 円月殺法大皿キャッチ～けん	⑮空中ブランコ～灯立 / ターンテーブル～けん	⑲大皿さか落とし / 一回転灯台インスタさか落とし	⑲大皿さか落とし / 一回転灯台インスタさか落とし	⑲大皿さか落とし / 一回転灯台インスタさか落とし	⑲大皿さか落とし / 一回転灯台インスタさか落とし
②おみこし～けん	⑦さか落とし	⑫皿胴一周 / 回転ブランコ～大皿キャッチ～けん	⑰うぐいすの谷渡り / USA一周	⑳つるし一回転飛行機 / うぐいす～ジャグル大皿～けん	⑳つるし一回転飛行機 / うぐいす～ジャグル大皿～けん	⑳つるし一回転飛行機 / うぐいす～ジャグル大皿～けん	⑳つるし一回転飛行機 / うぐいす～ジャグル大皿～けん
③飛行機～はやて中皿	⑧うらけん先すべり	⑬灯台とんぼ返り / 宇宙遊泳スワップ中皿～けん	⑱すべり止め極意 / 月面着陸(うら可)	㉑つるしふりけん / 垂直タップ一回転灯台	㉑つるしふりけん / 垂直タップ一回転灯台	㉑つるしふりけん / 垂直タップ一回転灯台	㉑つるしふりけん / 垂直タップ一回転灯台
④けん先すべり	⑨一回転飛行機	⑭うらふりけん(もちかえて)はねけん / 連続螺旋～世界一周	㉒ろうそく返し / 一回転灯台～うらとんぼ返り	㉒二回転灯台 / フリップとめけん	㉒二回転灯台 / フリップとめけん	㉒二回転灯台 / フリップとめけん	㉒二回転灯台 / フリップとめけん
⑤世界一周～地球まわし	⑩すくいけん	⑯宇宙一周～うら地球まわし / 扇風機中皿～玉つきさし	㉓宇宙遊泳 / スイーツスペシャル	㉓しまいけん / 掛け軸返しまわしとめけん	㉓しまいけん / 掛け軸返しまわしとめけん	㉓しまいけん / 掛け軸返しまわしとめけん	㉓しまいけん / 掛け軸返しまわしとめけん

決勝選技・上級の部 初段～三段レベル	決勝選技・高段位の部 四段～五段レベル	決勝選技・SAランクの部 全国大会で決勝進出を狙えるレベル	決勝選技・チャンピオンシップ 全国大会で上位を狙えるレベル
①けん先すべり ②空中ブランコろうそく ③うらふりけん～世界一周 ④うぐいす～けん ⑤つるしとめけん～日本一周 ⑥指のせかかし5秒(手のせスタート) ⑦八の字ふりけん～地球まわし ⑧皿胴一周～ヨーロッパ一周 ⑨さか落とし～はねけん ⑩大皿返し ⑪玉つきさし ⑫一回転飛行機 ⑬一回転指かけ大皿～巻き戻し中皿～秘竜のぼりけん ⑭金魚すくい(もちかえて)中皿～リフティング中皿 ⑮灯台～うらさか落とし ⑯すべり止め極意 ⑰一回転灯台～とんぼ返り ⑱灯台～けん ⑲提示技 ⑳提示技	①けん先おもてうらすべり ②うぐいすの谷渡り ③つるしとめけん～宇宙一周 ④USA一周 ⑤大皿～けんフリップ大皿～けん ⑥うらふりけん～うら地球まわし ⑦玉つきさし(もちかえて)はねけん ⑧飛行機～はやて中皿～玉つきさし(レジェンド) ⑨つるし一回転灯台～けん ⑩ろうそく返し～地球まわし ⑪一回転飛行機～灯立～すくいけん ⑫ジャグル大皿 ⑬うずしお灯台～とんぼ返り ⑭二回転灯台 ⑮宇宙遊泳 ⑯月面着陸(うら可) ⑰円月殺法 ⑱横はねけん ⑲提示技 ⑳提示技	①つるし一回転飛行機(もちかえて)横地球まわし ②宇宙遊泳返し ③フリップ灯台～けん ④うぐいす～スワップさか落とし ⑤胡蝶の舞 ⑥回転うぐいすの谷渡り ⑦つるし二回転灯台～すくいけん ⑧二回転飛行機 ⑨フラミンゴ宇宙遊泳 ⑩極意わたり ⑪たけうま～一回転さか落とし ⑫大皿～一回転灯立～さか落とし ⑬ろうそく～ふりけん～うら地球まわし ⑭ふりけん～フリップ地球まわし ⑮一回転月面着陸～とんぼ返り ⑯ジャグルけん ⑰提示技 ⑱提示技 ⑲全日本変動種目 ⑳全日本変動種目	①ろうそく持ちうらふりけん～うら地球まわし ②二回転飛行機～二回転はねけん ③ろうそく～前ふりうぐいす ④デンマーク一周 ⑤宇宙遊泳一回転飛行機～1.5回転スワップけん ⑥円月殺法スワップ一回転灯台～玉つきさし ⑦フリップ1.5ジャグル灯台 ⑧銀河系一周 ⑨稲妻落としスワップけん ⑩たけうま渡り ⑪二回転ふりけん～フリップ地球まわし～ジャグルけん ⑫一回転すくいけん～二回転横はねけん ⑬はやぶさ一回転灯台～とんぼ返り～二回転スワップけん ⑭円月はやてスワップ一回転灯台～けん ⑮大皿極意の谷渡り ⑯つるし三回転飛行機～三回転はねけん ⑰提示技 ⑱提示技 ⑲全日本変動種目 ⑳全日本変動種目
タイム競技B前半部分(全選技終了時)	タイム競技B(全選技終了時)	全日本タイム競技(全選技終了時)	
①前ふりろうそく ②県一周 ③日本一周2回連続 ④世界一周2回連続 ⑤ヨーロッパ一周	①前ふりろうそく ②県一周 ③日本一周2回連続 ④世界一周2回連続 ⑤ヨーロッパ一周 ⑥地球まわし ⑦うぐいす～けん ⑧はねけん ⑨一回転飛行機 ⑩さか落とし	①ろうそく返し ②前ふりうぐいす～回転けん ③ヨーロッパ一周～地球まわし ④円月殺法 ⑤宇宙遊泳 ⑥つるし一回転灯台～さか落とし	
提示技について	自ら技を指定し、対戦者はその技に挑まなければならない。	(提示技詳細補足)	〈段レベル部門の大会ルール〉
①両者ともに成功 → 対戦者に1本 ②提示者成功、対戦者失敗 → 提示者に1本 ③提示者失敗、対戦者成功 → 対戦者に1本 ④両者ともに失敗 → 2回目、3回目にすすむ ⑤提示者3回目でも失敗 → 自動的に対戦者に1本	<時間制限> ※提示者は1分以内に、 対戦者は2分以内に 試技を終えること。	・既存、オリジナルを問わない。公序良俗に反するものは不可とする。 ・自分が提示した技は大会中再び提示できない。 ・複合技は構成要素を3つまで組み合わせ可能とする。 ・同じ技で「連続〇回」という提示は禁止とする。 ・けん玉と直接関係のない身体的動作を入れてはならない。	・協会認定けん玉使用のこと。けん玉検査あり。 ・予選: 25種目×2回=50点満点。①-⑮は選択技。 ・決勝T: 順位により、4つのトーナメントに振り分ける。 ・決勝選技: 提示技や変動種目を含む20選技。 ・タイム競技: 全選技終了して同点時のみ。