

# KARATEDO



## 空手道について

空手は沖縄ではじめられた素手の武術です。沖縄から本土にわたり武術としてより体育として行われるようになりました。当時は柔道や剣道は競技スポーツとして確立されていましたが、空手は遅れていました。そこで考えられたのが、空手の一番の基本である打撃技を中心とした競技化でした。大きく分けると、だいたい以下のようなルールにわかれます。

①相手に打撃をあてる前に止める。②ボクシングのように手にグローブをつける。③顔への手による攻撃を禁止する。④防具をつける。

それぞれが空手道として発展し、さらにここから枝わかれしたルールもあるのが今の空手道の混乱の原因になっています。 ぼくの道場は③のフルコンタクト空手とよばれる競技形式の空手です。一般は素手素足が基本ですがジュニアルールはサポーター類・ヘッドガードを使用します。