

Karate

Competition Venues: Nippon Budokan

1、空手は、新しく東京2020大会に追加された競技です。

2、空手の試合には、「形」と「組手」があります。

3、形試合では、仮想の敵に対して攻撃技と防御技を組合わせた演武を行います。
(試合は1対1の勝負となるが、演武は1人ずつ行う。評価のポイント:力の強弱、技の緩急、身体の伸縮の3要素)



4、組手試合では、2人の選手が1対1で戦います。

(攻撃は相手の決められた部位に対して良い姿勢で威力のある攻撃を行い適切にコントロールされた技がポイントとなる)



・攻撃の際に使える技は「突き」「蹴り」「打つ」の3種類です。 (拳で突く、足で蹴る、手で打つ)

5、空手は琉球王朝時代の沖縄を発祥とする武術です。
