**旋体直状突き（せんたいちょくじょうづき）**

風が木々の間を吹き抜けていくことをイメージして作られた旋技の基本技。  
旋の操体を用いて正拳突きを行う。

旋回中に防御を行いつつ攻撃に入ることで、攻防一体の術技となる。

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| ①左中段構え | |
|  |  |
| ②防ぎ手（顔面と脇腹）を作りながら左足を基動点上で返して、その場で９０度旋回 | |
|  |  |
| ③そのまま更に１８０度旋回しながら右足を浮かせたまま基動点に寄せる | |
|  |  |
| ④引き寄せた足を基動点の半畳前方の基動線上に着いて不動立ち | |
|  |  |
| ⑤上段を外払い受け | |
|  |  |
| ⑥そのまま腰を返して、え字立ちになると同時に正拳突き（気合い） | |
|  |  |
| ⑦右足を浮かせたまま基動点に引き付けて差し手 | |
|  |  |
| ⑧そのまま半畳後ろの基動線上に引いていき、左中段構えで原態復帰 | |

基動点・基動線をしっかりと確認しながら５～１０本練習で行う。  
左中段構えから行ったら、構えを右中段構えにして反対側を同じ様に行う。

動きに慣れてきたら、まずは③～⑤・⑦～⑧をゆっくり止まらずに行っていく。  
さらに慣れたら、②～⑥までを止まらずに行えるように練習する。

徐々にスピードを上げ、①～⑥・⑦～⑧の動きを止まらずに行う。

最終的には全てを止まらずに一つの動きとして行い、１秒以内でできるように修練する。

旋技は、旋体の動き（①～④）から回状蹴り、斜状蹴り、手刀打ち、鉄肘当て、膝頭当てなどを行うことで術技として変化していく。

相手との間合い・タイミング・状況に対応しながら使い分けていく。

『動功五戒』

* 旋体風林　　　　…　風が林の中を吹き抜けていくことをイメージして行う
* 起発制肩（胴）　…　②の際、肩や腰を制されないように素早く防御の態勢を取る
* 三動一体　　　　…　②～④の防ぎ手・体の旋回・前進後退を同時に行えるようにする
* 楕円降下　　　　…　②～⑥で楕円状に下に下がりながら技に入る
* 雁下即決　　　　…　旋技は回転して技を行うので、攻撃目標を両脇腹において広く捉える