

※東京太極拳協会用に編集しています

NPO 法人東京都武術太極拳連盟

事務局長 武田 久

## 2026年度長拳技能検定（3級～6級）実施要項

1. 実施日 2026年8月30日（日）
2. 実施場所 日本連盟トレーニングセンター（東京都江戸川区松江1-9-4）
3. 時間
  - 9時20分 開場
  - 9時30分 受付
  - 9時45分 開会の挨拶・諸注意
  - 10時 技能検定講習会開始（短時間の基本的な動作講習など）
  - 11時30分 昼食、休憩
  - 12時30分 閉会式を先に行い 検定開始
  - 検定終了し手続きが終了次第流れ解散。
  - 16時45分にはすべての行事を終了する。
  - ※上記スケジュールは受講者の数、講習の進行状況等により、当日調整する可能性もありますので、予めご了承下さい。
4. 申込要領
  - 「6級～3級申請・登録報告用紙」へ記入の上、東京太極拳協会へお申し込みください。
  - あわせて、受験料をお振込みください。
  
  - 〒111-0035 東京都台東区西浅草 2-6-2 プロメッカセンタービル4階
  - メール：[tta-9071@galaxy.ocn.ne.jp](mailto:tta-9071@galaxy.ocn.ne.jp) FAX：03-3845-9072
  - 郵便振替口座 00190-3-118541 東京太極拳協会
5. 締切日 **2026年7月3日（金）**
6. 持参するもの
  - 運動できる服装、スポーツシューズ、タオル、飲料、保険証のコピー等
7. 注意事項
  - 飛び級は3級までできる。
  - 当日の講習会に参加しないと受験できません。
  - 試験場は原則として、受験者本人しか入場できません。
  - 当日のカメラ及びビデオ撮影はできません。
  - 受験票は発行しておりません。

# 【2026年度 長拳技能検定《3～6級》実施要綱】

2026年2月  
公益社団法人 日本武術太極拳連盟  
ジュニア普及委員会

長拳技能検定は、長拳愛好者の技術向上を奨励し、普及をより促進するために実施するものである。  
下記内容に基づいて、本年度の【長拳技能検定《3～6級》】を実施する。

記

## 1. 実施期間と級位：

本年度の実施は、2026年4月1日～2027年3月31日の期間で、技能検定6級・5級・4級・3級の4級位に限定して実施することとする。なお実施地域の状況により、実施組織の判断で6級～4級までに限定しての実施も認める。

## 2. 実施組織：

実施主体は各都道府県連盟、近隣の複数都道府県合同、各ブロックのいずれかの単位で実施する。合同、あるいはブロックで実施する場合は、担当窓口を1都道府県連盟に定め、実施組織として日本連盟との事務手続きを行う。なお、都道府県連盟に所属する加盟団体が直接実施することはできない。

## 3. 検定内容と受験規定：

級	受験資格 (学習歴)	実施主体	検定審査員	受験料	登録料
6級	3ヵ月以上	①都道府県連盟(単独) ②複数都道府県連盟 (合同) ③ブロック	各級の検定審査員(以下「審査員」という)グループは、原則3名で実施する。ただし、受験者数により審査員数を1～3名のいずれかで担当する場合もある。 (基準などについては、下記5.の項目を参照)	・24歳以下: 1,500円	1,500円
5級				・25歳以上: 3,000円	
4級					
3級	6ヵ月以上			・24歳以下: 2,000円 ・25歳以上: 4,000円	2,000円

### ▼級位資格を所有していない場合の(新規)受験について……

新規受験者は、6級から受験申請することになるが、このとき5級、4級、3級いずれにも飛び級受験することができる。ただし、この場合は下位級の試験内容も同時に受験しなければならない。このとき上位級が合格判定であっても、その下の級位が不合格判定であれば、さらにその下の級位の合格判定をもって合格級位とする。

例) 新規受験者が4級を飛び級受験し、4級が合格判定であっても5級が不合格判定で、6級が合格判定であれば判定級位は6級となる。また5級を飛び級受験し、5級が合格判定であっても6級が不合格判定であれば級位は与えない。

### ▼級位資格所有者の昇級受験について……

現在6～4級のいずれかを所有する者が、昇級のための受験申請をする場合、受験級の「申請・登録報告用紙」に必ず現級の証書番号(証書に印字されている9桁の番号)を明記すること。

このとき、現在所有している級位の2つ以上の上位級を飛び級受験する場合、現在所有している級位と、受験申請した級位との間の級位の試験内容も同時に受験しなければならない。当然、所有している級位以下の試験内容は、あらためて受験する必要はない。そして上位級が合格判定であっても、その下の級位が不合格判定であれば、さらにその下の級位の合格判定をもって合格級位とする。

例) 6級の所有者が4級を受験し、4級が合格判定であっても5級が不合格判定であれば、級位は変わらない。

#### ▼受験料について……

\* 6～4級……24歳以下は1,500円/25歳以上は3,000円

\* 3級……24歳以下は2,000円/25歳以上は4,000円

※飛び級受験の場合は、受験級の受験料のみで、同時に受験する下位級の受験料は不要。

※年齢基準は、検定試験日当日とする。

#### 4. 検定実施申請から終了までの作業手順：

##### ①実施組織と日程の決定：

検定の実施主体は都道府県連盟、近隣の都道府県連盟合同、ブロックのいずれかの単位で実施する。なお合同やブロックで実施する際は、実施申請から検定終了時までの事務手続き作業の担当窓口を1都道府県連盟に決め、実施組織とする。

##### ②実施申請と検定審査員の配置計画：

実施組織は、検定実施予定日の1～2ヵ月前までに「実施申請書 兼 技能検定審査員配置報告書(書式1)」を日本連盟に送付。このとき担当予定の検定審査員(以下「審査員」という)の氏名を該当欄に記入。実施組織により審査員を配置できない場合は空欄に、その際は日本連盟より推薦する。

##### ③受験者の申請：

受験申請者は、「申請・登録報告用紙(書式2～5)」に受験料を添えて所属団体に申請。

##### ④受験申請書と受験料の受理：

加盟団体が受理した「申請・登録報告用紙(書式2～5)」と受験料は、所属する都道府県連盟および実施組織に申請する。実施組織は受理し、同時に「受験申請者・登録者一覧(書式6)」を作成。

##### ⑤検定審査員(数)の最終決定：

受験者数の確定により、審査員(数)を最終決定する。

日本連盟に審査員配置を依頼している場合は、審査員数をあらためて報告し推薦を待つ。審査員数を決めかねている場合は、人数・人選を日本連盟と相談し、審査員が確定したら実施組織に通知する。

##### ⑥技能検定の実施：

技能検定を実施する。終了後すみやかに合否結果を受験者に通知し、合格者(登録希望者)から規定の登録料を徴収。同時に「申請・登録報告用紙(書式2～5)」「受験申請者・登録者一覧(書式6)」の各書類を完成。あわせて日本連盟へ検定終了の報告をする。

##### ⑦登録手続き：

実施組織は、検定実施後1ヵ月以内に以下の書類一式を日本連盟に送付し、登録料を納付。

「申請・登録報告用紙(書式2～5)」「受験申請者・登録者一覧(書式6)」「技能検定実施報告・検定登録一括申請書(書式7)」3種類の原本をまとめて日本連盟に送付し、コピーは実施組織にて保管。

同時に登録料(不課税)を、下記の配分比率に基づき日本連盟の指定銀行口座に納付。

なお日本連盟に納付される登録料の50%は会費として計上される。

■技能検定《3～6級》の登録料の配分比率〔日本連盟4：都道府県連盟3：都道府県連盟加盟団体3〕

\* 3級の登録料 —— 2,000円〔4：3：3〕 = 〔800円：600円：600円〕

\* 4～6級の登録料 —— 1,500円〔4：3：3〕 = 〔600円：450円：450円〕

●指定銀行口座：みずほ銀行四谷支店 普通預金 1757800

●口座名義：公益社団法人日本武術太極拳連盟 検定部

##### ⑧認定証書と象徴物の交付：

日本連盟は、実施組織からの関連書類一式を受領後1ヵ月以内を目安に、「認定証書《3～6級》」と象徴物として「ピンバッジ(3級のみ)」を実施組織に送付。実施組織は、登録者の証書番号を「受験申請者・登録者一覧(書式6)」のコピーに記入。同時に「認定証書」と「ピンバッジ」を、すみやかに都道府県連盟および加盟団体に送付。

◆より詳細な作業手順は、以下を参照。

【長拳技能検定《3～6級》実施マニュアル〔1〕——実施組織による実施作業手順】

■3. 検定実施申請から検定終了までの作業手順(P2)

## 5. 検定審査員：

2020年度より、実施組織のコスト負担を軽減し安定的事業としていくため、受験者数により審査員数を1～3名の幅の中で柔軟に対応、決定できることとする。実施組織は、下記の設定基準などを参考に委嘱する。なお、実施組織において審査員を自前で配置できない場合は、日本連盟に配置を依頼できる。

例) 3～6級の全受験者数が8名前後であれば、配置する審査員の能力により1名ないし2名でもよい。ただし審査員が少数の場合、これまで以上に公正・中立性が求められる。信頼性を損なうことのないように、担当審査員の指導員資格条件を厳守したうえで、人選・審査員数を熟考・決定すること。

### ▼受験者数に対する検定審査員数と指導員資格の条件……

- ・受験者数10名以下 ⇒ 検定審査員数1名  
〔6～4級……C級以上1名／3級……B級1名〕
- ・受験者数7～20名 ⇒ 検定審査員数2名  
〔6～4級……C級以上1名＋普及以上1名／3級……B級1名＋C級以上1名〕
- ・受験者数15名以上 ⇒ 検定審査員数3名  
〔6～4級……C級以上1名＋普及以上2名／3級……B級1名＋C級以上1名＋普及以上1名〕

※受験者数はあくまで目安とし、上記基準と担当審査員の能力に照らして審査員数を決定する。

## 6. 各級試験項目と判定基準：

級位	套路試験		基本功試験	
	内容	判定基準	内容	判定基準
6級	カンフー体操1	・套路が通せる ・発声が正しい	・抱拳礼(返事)	・姿勢が正しい ・抱拳礼が正しくできている ・返事がはっきりできる
5級	カンフー体操2	・套路が通せる ・発声が正しい	・抱拳礼(返事) ・手型、手法(抱拳、衝拳、推掌)	・姿勢が正しい ・抱拳礼が正しくできている ・返事がはっきりできる ・手型、手法がおおむねできている
4級	入門長拳	・套路が通せる ・発声が正しい	・転頭 ・歩型(馬歩、弓歩、仆歩、虚歩、歇歩)	・転頭の動作を理解している ・5種類の歩型がおおむねできている
3級	カンフー体操1 ＋ カンフー体操2 ＋ 入門長拳	・ぐらついたり つっかえたりせず、套路をスムーズに通せる ・姿勢が正しい ・手型、手法、歩型、腿法がおおむねできている ・動作と目線が一致している ・動作がきびきびとしている ・発声が大きく、動作と一致している	・手法組合せ (抱拳→衝拳→挑掌→亮掌→勾手→抱拳)	・手型、手法が正しい ・力点が明確である ・動作がきびきびとしている
			腿法全体の要求	・姿勢が正しい ・軸足の踵が上がらない ・軸足が伸びている ・正しい方向に蹴り上げている
			・腿法 (正踢腿、斜踢腿、側踢腿)	・蹴り上げた足の膝が伸びている ・蹴り上げた足の爪先を起こしている
			・腿法(拍脚)	・蹴り上げた足の膝・爪先が伸びている ・足の甲を叩けていて、音が出ている
			・腿法(弹腿)	・膝を曲げてから蹴り伸ばしている ・力点が爪先に達している
			・弓歩衝拳	・姿勢が正しい ・手型、手法が正しい ・歩型、歩法が正しい ・上下の協調性がある ・力が拳に達している

## 7. 基本タイムスケジュール：

検定当日の基本タイムスケジュールは、午前中に事前講習を行い、午後は各級の検定試験を行う。以下に一例を示すが、あくまで参考とすればよい。会場の状況により実施組織責任者や主任審査員が総合的に判断し、より進めやすい方法やスケジュールに変更するなど、柔軟に対応する。

\* 9:30 受付

\* 10:00 開会・事前講習

- ・抱拳礼、挨拶、審査員(講師兼務)・スタッフの紹介、諸注意など
- ・準備運動、事前講習(2～3のグループに分かれ、同時並行で講習を進める)

\* 12:00 昼食・休憩

\* 13:00 検定試験(6級・5級・4級・3級)

- ・受験者出場順と試験手順についての説明・確認など
- ・6級・5級・4級・3級の順で検定試験(各級基本功試験と套路試験をセットで実施)
- ・套路試験では、受験者が忘却などで演技を中断したり套路を完了できなかった場合、その後2回までやり直しを認める。

\* 16:00 合格発表・閉会・解散

- ・合格発表、登録手続き(登録料納付)、抱拳礼

◆より詳細な進行手順などについては、以下を参照。

【長拳技能検定《3～6級》実施マニュアル〔1〕——実施組織による実施作業手順】

■ 4. 基本タイムスケジュール(P3)

【長拳技能検定《3～6級》実施マニュアル〔2〕——検定審査員の手引書】

■ 3. 基本タイムスケジュール(P2)

## 8. 持参するもの：

運動着、室内用シューズ、タオル等 各自が必要と思うもの。

## 9. 登録手続き：

▼登録料について……

・6～4級：1,500円／3級：2,000円

※いずれも不課税とする。

※日本連盟に納付される登録料の50%は会費として計上される。

※年齢規定はなく一律とする。

▼認定証書と象徴物……

登録手続きした者には、日本連盟より「認定証書《3～6級》」と象徴物として「ピンバッジ(3級のみ)」が付与される。

■認定された級位は、今後昇級・昇段しない限り終身称号とし、更新手続きを要しない。

以上