

3、	2、	1、	つ	ス		で	適	ど	動	合	こ	相	と	の	に	当	反		
相手	相手	相手	の	の	攻	す	切	の	い	い	れ	手	っ	事	な	撃	少	攻	
の	が	の	チャ	事	防	。	な	の	て	を	を	に	っ	で	り	を	林	防	
体	が	の	ン	であ	の		間	よう	い	基	届	て	。	す	ス	行	寺	の	
が	攻	構	を	り、	機		合	な	る	本	く	相	道	。	逃	う	拳	間	
崩	撃	え	さ	効果	会		い	間	相	間	間	手	場	。	さない	も	法	合	
れた	し	に	ない	的	と		が	合	手	合	合	の	で	。	い	の	の	と	
た	よ	ス	こと	に	は		と	い	に	と	を	の	す	間	こ	技	技	機	
瞬	う	キ	が	攻	、		れ	間	対	一	、	練	が	合	と	は	は	会	
間	と	があ	ある	防	防		る	合	し	歩	一	習	、	は	、	相			
	す	るとき	とき	す	御		よ	い	て	踏	拳	も	、	、	手				
	る			る	や		う	を	、	み	の	、	正	、	の				
	瞬			に	反		か	考	ど	込	間	し	い	自	合				
	間			は	撃		を	え	の	ん	合	、	間	分	と				
				次	を		考	て	よう	で	と	正	相	と	相				
				の	行		え	練	な	攻	言	し	手	手	手				
				五	う		て	習	攻	撃	い	と	と	の	が				
					チ		が	し	撃	を	間	言	が	合	大				
					ャ		大	て	を			い	が	い	切				
					ン		切							を	離				

				4、					3、			2、				1、	ま	上			修
理	技	修	く	理	ま	法	道	基	を	ま	修	う	し	心	修	ま	上	少	修		
に	は	練	こ	を	す	形	理	本	重	す	行	に	さ	身	行	す	達	林	行		
基	、	す	と	知	。	、	が	を	ね	。	の	な	を	と	目	。	す	寺	の		
づ	系	る	は	る		演	か	学	て	一	順	る	も	も	的			拳	心		
い	統	こ	大	こ		武	な	ぶ	技	つ	序	こ	っ	に	の			法	得		
て	立	と	変	と		、	う	こ	術	一		と	つ	強	確			は			
構	て	が	な			乱	よ	と	を	つ	何	が	て	く	立			技			
成	ら	大	の	動		捕	う		学	順	事	目	自	な				術			
さ	れ	切	で	作		り	に	技	ぶ	序	も	的	他	っ				と			
れ	た	で	、	を		が	手	の	こ	立	学	で	共	て				学			
て	組	す	技	一		で	足	系	と	て	ぶ	。	楽	自				科			
い	織	。	の	つ		き	が	列	大	、	に		の	己				で			
ま	と		原	ず		る	動	の	切	地	は		行	確				修			
す	科		理	つ		よ	く	基	で	道	順		動	立				行			
。	学		を	覚		う	こ	本	す	に	序		が	を				を			
	的		学	え		に	と	を	。	な	が		で	し				し			
	な		ん	て		な	で	学		原	あ		き	、				ま			
	原		で	い		り	、	び			り		る	優				す			
													よ					が			

				8、					7、						6、				5、
ま	そ	弱	っ	永	上	壊	負	に	体	増	練	く	ま	を	修	の	力	動	数
す	う	さ	っ	続	を	し	荷	無	力	進	習	修	せ	練	行	条	と	き	を
。	す	を	ても	し	楽	て	は	理	に	の	し	行	ん	習	件	根	を	か	
	る	克	く	て	し	しま	必	が	応	た	ま	し	。	し	で	気	身	け	
	こ	服	じ	行	む	う	要	い	じ	め	す	。	心	て	す	で	に	る	
	と	す	け	う	練	か	で	い	て	に	。	と	い	。	。	繰	つ	こ	
	で	る	ず		習	も	す	よ	修	修	護	。	て	は		り	け	と	
	自	こ	に	少	に	し	が	う	行	行	身	。	は	、	返	る			
	分	と	修	し	しま	れ	、	に	す	す	錬	。	自		し	に	今		
	を	も	行	の	ま	ま	そ	練	る	る	胆	。	分	好	練	は	ま		
	変	修	し	困	し	せ	れ	習	こ	こ	、	の	き	習	、	で	し		
	え	行	ます	難	よ	ん	ま	し	と	と	精	上	な	す	正	た	こ		
	る	の	。	や	う	。	せん	ます		が	神	は	と	る	し	こ	と		
	こ	一	気	苦			。	。	自	大	修	心	が	こ	い	と	の		
	と	つ	持	さ			自	少	分	切	養	と	上	と	動	な	い		
	が	で	ち	が			分	し	の	で	、	体	達	を	き	な			
	で	す	の	あ			の	の	体	す	健	を	に	努	を	い			
	き	。					向	の	力	。	康	に	よ						

