



GLOBAL COMBAT SPORTS FEDERATION

For All Combat Sports, One Federation

段級制度ガイドライン

ムエタイ・キックボクシング

アムステルダム、オランダ

globalcombatsportsfederation.com



奥 付

タイトル

ムエタイ・キックボクシング段級制度ガイドライン

発起人

Rion Rijker, LLM

MBA(グローバル・スポーツ・マネジメント)– Eaton Business School

DBA 候補生(スポーツマネジメント専攻)

本文書は、コーディネーターの指導のもと、格闘技界の専門家による学際的なチームとの協力により作成されました。経験豊富な指導者、試合コーチ、スポーツ教育学の専門家、トレーニング理論およびスポーツ安全の分野の専門家がその作成に貢献しています。こうした共同の専門知識により、格闘技の伝統的な価値観を尊重しつつ、スポーツ育成、安全性、指導法に関する最新の知見にも即したガイドラインが策定されました。

バージョン

初版

発行年

2026 年

著作権

無断複写・転載を禁じます。編纂者の事前の書面による許可なく、本書のいかなる部分も複製または公開することはできません。



目次

1. Global Combat Sports Federation(GCSF)について.....	7
1.1 Global Combat Sports Federation の使命と位置づけ.....	7
2. はじめに.....	9
3. 段級制度と指導者養成課程の関係.....	11
4. 練習内容一覧の説明.....	12
4.1 服装・用具.....	14
4.2 コンディショニング技能.....	14
4.3 移動動作.....	14
4.4 構え.....	15
4.5 知識.....	15
4.6 パンチ技術.....	16
4.7 肘技.....	17
4.8 キック技術 – 前蹴り.....	18
4.9 キック技術 – ラウンドキックおよびローキック.....	19
4.10 キック技術 – 横蹴り.....	20
4.11 キック技術 – 後ろ蹴り.....	21
4.12 キック技術 – 後ろ回し蹴り(スピニングフック).....	22
4.13 膝技.....	23
4.14 パンチに対する防御.....	25
4.15 キックに対する防御.....	27
4.16 後ろ回し蹴りに対する防御.....	30
4.17 膝技に対する防御.....	30



4.18 投げ技・回転・転倒および受け身.....	32
4.19 対人練習形式.....	32
5. 補足説明.....	34
6. 段位審査 - 指針および認定基準.....	35
7. 本ガイドラインの更新.....	40



は し が き

オランダにおけるムエタイおよびキックボクシングの発展は、格闘技界における数十年にわたる献身、技術革新、そして先駆的な取り組みの成果です。Thom Harinck や Johan Vos といった巨匠たちは、オランダ式キックボクシングの現代的基盤を形成する上で決定的な役割を果たしました。彼らのビジョン、トレーニング方法、組織的な指導力により、優れた選手を輩出しただけでなく、規律、敬意、技術的な正確さ、そして精神的な強靱さを中心に据えたトレーニング文化が築かれました。

こうした先駆者たちの功績により、オランダは国際的なキックボクシングおよびムエタイ界において最も影響力のある国の一つへと発展しました。オランダ式のトレーニングおよび試合競技へのアプローチは世界的に評価されており、このスポーツのさらなる発展とプロフェッショナル化に大きく貢献してきました。

この歴史的発展の中で、国際的に「ダッチスタイル・キックボクシング」として知られる独自の戦闘スタイルが形成されました。このスタイルは、日本式キックボクシングと極真空手、ムエタイ、そして西洋のボクシング技術との独自の融合から生まれたものです。この方式の特徴的な要素としては、力強いパンチとキックの連携、高い試合テンポ、絶え間ない前進圧力、そしてコンビネーション練習、コンディショニング、戦術的規律への強い重点が挙げられます。

キックボクシングおよびムエタイ界においてオランダが強固な国際的地位を築いている一方で、このスポーツにおける技術育成や段級制度の組織方法には依然としてばらつきが存在します。他の多くの格闘技種目とは異なり、ムエタイおよびキックボクシングでは、技術構築と昇級・昇段のための広く共有された標準化構造が欠けていることが少なくありません。そのため、審査要件、技術、そして育成の流れは、道場、養成機関、団体ごとに大きく異なる場合があります。

本文書は、このスポーツにおける構造的性、透明性、そして質の向上に寄与することを目的として作成されました。本書では、技術、技能、知識を最初の級位から段位に至るまで体系的に積み上げていく段級制度について説明しています。

本制度は、日本の武道伝統に由来する体系的な段級制度の方法論と、パンチ、キック、膝、肘、クリンチ技術を含むムエタイの豊かな技術体系、そしてコンビネーション、プレッシャー、コンディショニングを中心に据えたオランダの試合文化とを組み合わせたものです。

本文書のガイドラインは、技術育成、指導者養成、そして選手の体系的な育成のための共通基盤を提供することを目的としています。これは、このスポーツにおけるスタイルの多様性を制限す



ることを意図したものではなく、格闘技育成に関する国際基準に即した、さらなる発展、プロフェッショナル化、そして質の管理を行うための枠組みを提供することを目的としています。

Global Combat Sports Federation(GCSF)の枠組みの中では、世界中の武道およびコンタクトスポーツの構造、ガバナンス、専門的基準を強化する取り組みが継続的に行われています。本文書は、ムエタイおよびキックボクシングにおける技術育成と段級認定に関する透明かつ一貫したガイドラインを定めることにより、この目標に貢献するものです。

明確な育成の道筋と段級基準を定めることにより、安全で体系的、かつ国際的な視野を持つスポーツ環境の中で成長を目指す選手、指導者、そして団体にとっての強固な基盤が築かれます。

したがって本文書は、このスポーツにおける技術育成構造のさらなる発展のための参照枠組みとして機能し、世界中の武道およびコンタクトスポーツの持続可能かつ安全でプロフェッショナルな成長を促進するための共同の取り組みを支えるものです。

本ガイドラインは、加盟団体における技術育成、段級構造、および養成基準の指導的枠組みとして、Global Combat Sports Federation(GCSF)により制定・承認されました。この段級制度は、GCSF内における指導者養成および養成構造の発展のための技術的基盤も成しています。

GCSF 理事会により制定

アムステルダム、2026 年



1. Global Combat Sports Federation(GCSF)について

Global Combat Sports Federation(GCSF)は、格闘技における発展、プロフェッショナル化、そして国際的な協力に取り組んでいます。当連盟は、ムエタイ、キックボクシング、サバット、柔術、MMAをはじめとする多様な武道種目における質、安全性、そして持続可能な成長に貢献する取り組みを支援しています。

このビジョンにおいて、指導者は中心的な役割を担っています。指導者は、あらゆる格闘技コミュニティの基盤を成す存在です。彼らは技術的な知識を伝え、選手の身体的、精神的、そして人間的な成長を導きます。さらに、安全で敬意ある、プロフェッショナルな練習環境を作り出す責任も担っています。

この役割を強化するため、GCSFは指導者のプロフェッショナルとしての成長を支える養成プログラムの開発を推進しています。体系的な養成課程、知識の共有、そして格闘技界の経験豊富な専門家との協力を通じて、当連盟は種目の垣根を越えた業界全体の持続可能かつ質の高い発展に貢献しています。

GCSFの枠組みの中で策定される養成計画は、こうした理念から生まれたものです。各種目ごとに、経験豊富な実践者を熟練した指導者へと養成するプログラムが構築されており、技術的な専門知識に加え、指導法、教育的配慮、コーチングスキルにも重点が置かれています。内容の具体化は常に各種目に固有のものです。枠組みと品質基準は連盟全体で共通しています。

このアプローチにより、GCSFは種目を問わず、格闘技全体のさらなるプロフェッショナル化、安全性、そして前向きな発展に責任を持つ新しい世代の指導者の育成に貢献しています。

1.1 Global Combat Sports Federationの使命と位置づけ

Global Combat Sports Federation(GCSF)は、世界における本格的な格闘技および武道の伝統の継承を体現しています。アムステルダムを拠点として、GCSFは、技術的に高水準で安全かつプロフェッショナルな格闘技の提供に取り組む道場、指導者、審判、そして団体をつなぐ活動を行っています。その際、ムエタイ、キックボクシング、サバット、柔術、MMAといった種目の歴史的な起源を尊重すると同時に、スポーツ教育学、トレーニング理論、スポーツ安全に関する最新の知見にも配慮しています。



GCSFは、格闘技における段級認定、指導者養成、そして品質保証のための透明かつ将来にわたって通用する仕組みの構築に取り組んでいます。明確な技術ガイドラインを、認定された養成レベルおよび中央のオンライン指導者登録制度と結び付けて定めることにより、どの指導者や養成担当者が養成・認定を受けているかが明らかになります。これにより、道場、連盟パートナー、そして格闘技統括団体などの監督機関が、監査、道場訪問、リング検査を行う際の支援となり、有能で資格を持つ指導者が指導にあたっていることを検証可能にします。

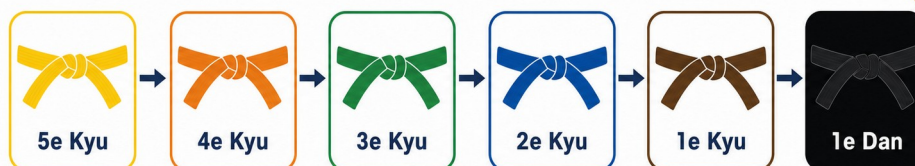
この枠組みの中で、GCSFは誠実性、社会的安全性、そして健全なスポーツガバナンスを強く重視しています。当連盟は、行動規範、無犯罪証明(VOG)方針、懲戒・誠実性規程、そして指導者の継続的な研修の実施などを通じて、健全なスポーツガバナンス規範および安全なスポーツ環境の実現という理念に沿った活動を行っています。これにより、GCSFは各国のパートナーおよび関係するスポーツ統括団体と緊密に協力しながら、世界における格闘技のさらなる発展のための、プロフェッショナルかつ国際的な視野を持つプラットフォームを形成しています。

2. はじめに

オランダでは現在、ムエタイおよびキックボクシング競技における段級制度について統一されたガイドラインが存在しません。この構造の欠如は、選手と指導者双方の成長を妨げています。この状況を変えるため、指導内容および審査要件を策定するための指針となる構想が作成されました。最終的な目標は、選手を初段の審査へと導き、このスポーツにおけるさらなる成長のための強固な基盤を築くことです。

オランダにおけるムエタイおよびキックボクシング競技の地位をより強固なものにするためには、的を絞った取り組みが必要です。その中でも最も重要なのが、全国的に認められた段級制度の基盤となる、統一された練習内容のガイドラインを策定することです。この制度は選手に明確な目標を与え、レクリエーションおよび競技の両面でのさらなる成長を促します。

段級制度は、三つの重要な分野における水準の向上に寄与します。養成課程においては、高い技術的な入門水準が前提とされます。そのため、ムエタイ・キックボクシング指導者養成課程への参加は、原則として二段以上を取得している、または同等の技術水準を有することを証明できる候補者に限られます。Global Combat Sports Federation(GCSF)の枠組みでは、技術育成と養成レベルを明確にするための体系的な段級構造が採用されています。段位は、技術的な習熟度、経験、そして養成適性の参照基準として機能します。この段級制度と指導者養成課程との連携により、選手にとって明確な成長の道筋、すなわち技術形成と昇段から指導者資格の取得、そして最終的にはこのスポーツにおける養成責任者への道が生まれます。



GCSF Gradatie Systeem

1. 指導者養成課程

現在、ほぼ誰でもムエタイ・キックボクシング指導者養成課程に申し込むことができる状況です。残念ながら、指導者志望者の技術力が不十分であるために、生徒に不完全な技術を伝えてしまう事例が見受けられます。段級制度を指導者養成課程と連携させ、例えば二段以上、または同等の技術水準を証明できる者からのみ参加を可能にすることで、指導者が確実な技術基盤を有することが保証されます。これにより、養成課程は基礎技術の習得ではなく、指導法および教育学に重点を置くことが可能になります。

2. 愛好家の成長

体系的な段級制度は、愛好家がこのスポーツにおいてより幅広く成長することを促します。多くの指導者が現在十分な知識を持ち合わせていない技術の多様性に目を向けることで、水準は自然と向上します。ムエタイ・キックボクシングは豊かで多面的なスポーツであり、多くの可能性が生かされないままであるのは惜しいことです。さらに本制度は、柔道や空手といった競技ですでに実現しているように、年齢を重ねた後も愛好家のモチベーションを長く維持する機会を提供します。

3. 試合水準の向上

現在の状況では、水準にかかわらず誰でも試合に参加することができます。これにより、経験不足の選手が十分な技術を身につけないままリングに上がるという危険な状況が生じる可能性があります。しっかりとした段級制度は、例えば4級(橙帯)以上からのみ試合参加を認めるなどの方法により、この状況を変えることができます。これにより、より安全な試合環境と全体的な水準の向上が実現します。

要するに、オランダにおいてムエタイおよびキックボクシングの統一された段級制度を導入することは、このスポーツの質、安全性、そして魅力を高めるために必要な一歩です。これは構造を提供し、成長を促進し、オランダにおけるムエタイおよびキックボクシング競技のプロフェッショナルな未来に貢献するものです。

3. 段級制度と指導者養成課程の関係

段級制度は、ムエタイ・キックボクシング指導者養成課程の技術的基盤を成しています。GCSFの養成構造においては、指導者養成課程に参加する候補者はすでに確実な技術基盤を有していることが前提とされます。そのためGCSFでは、ムエタイ・キックボクシング指導者養成課程への参加は、原則として二段以上を取得している、または同等の技術水準を有することを証明できる候補者に限られます。したがって段級制度は、選手の技術育成と、このスポーツにおける指導者のさらなるプロフェッショナル化とを結びつける重要な役割を果たしています。

段級制度は、指導者の役割へと成長していく選手が、以下の点を明確に備えていることを保証します。

- このスポーツの中核技術に対する技術的な習熟
- 戦術、タイミング、間合いに関する理解
- スパーリングおよび試合状況における経験
- 練習状況における安全性とコントロールへの理解

この技術基盤をあらかじめ確保することにより、指導者養成課程は主に以下の点に重点を置くことができます。

- 指導技術
- 選手に対する教育的な指導
- トレーニング理論とピリオダイゼーション
- スポーツ安全性とけがの予防
- コーチングおよび試合における指導

したがって段級制度は、このスポーツのプロフェッショナル化と質の高い指導者の育成にとって不可欠な基盤を成しています。Global Combat Sports Federation(GCSF)の養成構造において、この段級制度はまた、指導者養成課程のスポーツ技術的な基盤としても機能しています。初段および二段は、スポーツ資格構造(KSS)におけるトレーナー・コーチレベル3に位置づけられるムエタイ・キックボクシング指導者養成課程への参加のための最低限の技術的参照水準とされます。段級認定、技術的専門性、そして養成レベルとのこの明確な連携により、レクリエーション選手から上級実践者、指導者、そして最終的にはこのスポーツの養成責任者へと至る明確な成長の道筋が生まれます。



4. 練習内容一覧の説明

1. 一覧表の目的

練習内容の一覧は表形式で作成されています。これらの表により、各級位ごとに推奨される技術および項目を一目で把握することができます。

これらは、生徒、指導者、審査員にとって実用的な指針となります。

2. 記号の意味

- 表の中では、学習項目は「V」の記号で示されます。
- 項目の後に「V」が付いている場合、その項目は該当する級位の審査において必須の審査対象であることを意味します。
- したがって表は、推奨される学習内容と実際の審査要件の両方を示しています。

3. コンビネーションと指導者の裁量

練習内容の中で、固定されたコンビネーションは定められていません。連盟に認定された指導者が、生徒の水準やレッスンの構成に合わせて、指導するコンビネーションを自ら決定します。

段位審査においては、特定の防御技術やその他の指定項目をコンビネーションの形で実施する必要があります。これは、生徒が技術を流れるように、かつ論理的につなげることを求めるものです。

4. 防御技術とオーバーネーム技術

すべての防御技術には、自動的にオーバーネーム技術(相手の攻撃を制する技術)も含まれるものとします。カウンター技術は常に、該当する級位ですでに生徒が習得している技術で構成されなければなりません。これにより、より複雑な応用が求められる前に、基礎的な技能が確実に備わっていることが保証されます。

5. 先の概念

三つの「先」の概念は、段級制度の一部を成しています。各級位ごとに、審査中にどの概念を習得し、示す必要があるかが定められています。¹

6. 段位審査の指針

¹zie uitleg nadere toelichting



示されている練習内容は、段位の審査要件に向けた組み立てのための指針として位置づけられています。この一覧は完全に確定した審査プログラムではなく、上位の段位への準備における構造と方向性を提供するものです。

4.1 服装・用具

項目	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
服装および用具は適切な状態でなければならない。	V	V	V	V	V	V

4.2 コンディショニング技能

項目	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
持久力	V	V	V	V	V	V
筋力	V	V	V	V	V	V
柔軟性	V	V	V	V	V	V

4.3 移動動作

項目	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
前後移動	V	V	V	V	V	V
横移動	V	V	V	V	V	V
ラインから外れるステップ	V	V	V	V	V	V
円運動による移動		V	V	V	V	V



立位から座位への移行		V	V	V	V	V
立位から寝位への移行		V	V	V	V	V

4.4 構え

項目	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
正しい構え	V	V	V	V	V	V

4.5 知識

項目	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
道場での礼儀作法に関する知識	V	V	V	V	V	V
ムエタイおよびキックボクシングの各流派に関する知識		V	V	V	V	V
試合規則		V	V	V	V	V
規則					V	V
「先」の原則に関する知識					V	V



4.6 パンチ技術

技術	5級(黄 帯)	4級(橙 帯)	3級(緑 帯)	2級(青 帯)	1級(茶 帯)	初段(黒 帯)
頭部へのストレートパンチ	V	V	V	V	V	V
胴体へのストレートパンチ		V	V	V	V	V
頭部へのフックパンチ	V	V	V	V	V	V
胴体へのフックパンチ		V	V	V	V	V
頭部/胴体への逆突き(クロス)		V	V	V	V	V
頭部へのアッパーカット	V	V	V	V	V	V
胴体へのアッパーカット		V	V	V	V	V
レバーへのパンチ		V	V	V	V	V
頭部/胴体へのスピニング バックフist		V	V	V	V	V



4.7 肘技

技術	5級(黄 帯)	4級(橙 帯)	3級(緑 帯)	2級(青 帯)	1級(茶 帯)	初段(黒 帯)
頭部への水平肘打ち				V	V	V
胴体への水平肘打ち		V	V	V	V	V
脚部/下段への水平肘打ち			V	V	V	V
後方への水平肘打ち				V	V	V
頭部への下段肘打ち			V	V	V	V
頭部への上段肘打ち		V	V	V	V	V
胴体への下段肘打ち			V	V	V	V
胴体への上段肘打ち			V	V	V	V
脚部/下段への下段肘打ち					V	V
脚部/下段への上段肘打ち					V	V
後方への垂直肘打ち					V	V



4.8 キック技術 – 前蹴り

技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
胴体への前蹴り	V	V	V	V	V	V
頭部への前蹴り		V	V	V	V	V
胴体への跳び前蹴り			V	V	V	V
頭部への跳び前蹴り				V	V	V
胴体への押し前蹴り(強い押し蹴り)	V	V	V	V	V	V



4.9 キック技術 – ラウンドキックおよびローキック

技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
脚部へのラウンドローキック	V	V	V	V	V	V
脚部への斜めラウンドローキック		V	V	V	V	V
脚部への前方ローキック		V	V	V	V	V
脚部への斜め前方ローキック			V	V	V	V
胴体へのラウンドキック	V	V	V	V	V	V
胴体への前方ラウンドキック	V	V	V	V	V	V
頭部へのラウンドキック		V	V	V	V	V
胴体への跳びラウンドキック			V	V	V	V
頭部への跳びラウンドキック				V	V	V



4.10 キック技術 – 横蹴り

技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
脚部への横蹴り		V	V	V	V	V
胴体への横蹴り	V	V	V	V	V	V
頭部への横蹴り		V	V	V	V	V
跳び横蹴り(一般)		V	V	V	V	V
脚部への跳び横蹴り			V	V	V	V
胴体への跳び横蹴り				V	V	V
頭部への跳び横蹴り					V	V



4.11 キック技術 – 後ろ蹴り

技術	5級(黄 帯)	4級(橙 帯)	3級(緑 帯)	2級(青 帯)	1級(茶 帯)	初段(黒 帯)
脚部への後ろ蹴り		V	V	V	V	V
胴体への後ろ蹴り	V	V	V	V	V	V
頭部への後ろ蹴り		V	V	V	V	
跳び後ろ蹴り(一般)		V	V	V	V	V
胴体への跳び後ろ蹴り			V	V	V	
頭部への跳び後ろ蹴り					V	V



4.12 キック技術 – 後ろ回し蹴り(スピニングフック)

技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
脚部(下段)への後ろ回し蹴り		V	V	V	V	V
胴体への後ろ回し蹴り		V	V	V	V	V
レバー付近(体左側)への短い後ろ回し蹴り			V	V	V	V
頭部への後ろ回し蹴り				V	V	V
胴体への跳び後ろ回し蹴り					V	V
頭部への跳び後ろ回し蹴り						V

4.13 膝技

技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
脚部への正面膝蹴り、密着した状態		V	V	V	V	V
胴体への正面膝蹴り、密着した状態	V	V	V	V	V	V
頭部への正面膝蹴り、密着した状態				V	V	V
脚部への正面膝蹴り、離れた状態		V	V	V	V	V
胴体への正面膝蹴り、離れた状態	V	V	V	V	V	V
頭部への正面膝蹴り、離れた状態				V	V	V
脚部へのラウンド膝蹴り、密着した状態		V	V	V	V	V
胴体へのラウンド膝蹴り、密着した状態	V	V	V	V	V	V
頭部へのラウンド膝蹴り、密着した状態				V	V	V
脚部へのラウンド膝蹴り、離れた状態		V	V	V	V	V
胴体へのラウンド膝蹴り、離れた状態	V	V	V	V	V	V
頭部へのラウンド膝蹴り、離れた状態				V	V	V



脚部への跳び正面膝蹴り					V	V
胴体への跳び正面膝蹴り				V	V	V
頭部への跳び正面膝蹴り					V	V
脚部への跳びラウンド膝蹴り					V	V
胴体への跳びラウンド膝蹴り				V	V	V
頭部への跳びラウンド膝蹴り					V	V



4.14 パンチに対する防御

攻撃の種類	防御	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
ストレートパンチ	ガードで受ける(高く閉じたガード)	V	V	V	V	V	V
ストレートパンチ	後方へステップして間合いを取る	V	V	V	V	V	V
ストレートパンチ	パンチの軌道の外側へ横にステップする		V	V	V	V	V
ストレートパンチ	グローブでパンチを止める(パリー)	V	V	V	V	V	V
ストレートパンチ	手による払い受け(払いパリー)		V	V	V	V	V
ストレートパンチ	払い受け後のカウンター(パリー+ストレートの返し突き)			V	V	V	V
ストレートパンチ					V	V	V
ストレートパンチ	体の先(同時に踏み込みカウンターする)				V	V	V
フックパンチ	ガードで受ける(肘を締め、手を高く保つ)	V	V	V	V	V	V
フックパンチ	後方へステップする	V	V	V	V	V	V
フックパンチ	肘の内側でのブロック(腕でフックを受ける)		V	V	V	V	V



フックパンチ	フックの下または外側へのボビング&ウィービング			V	V	V	V
フックパンチ	体の先(同時に踏み込みカウンターする)				V	V	V
アッパーカット	ガードで受ける(肘を体に近づける)	V	V	V	V	V	V
アッパーカット	後方へステップする	V	V	V	V	V	V
アッパーカット	グローブでパンチを止める(内側/外側へのパリー)		V	V	V	V	V
アッパーカット	払い受け(アッパーカットを押しつける/払う)			V	V	V	V
アッパーカット	ボビング&ウィービング				V	V	V
アッパーカット	体の先(アッパーカット中に同時にカウンターする)				V	V	V
スピニングバックフィスト	ガードで受ける	V	V	V	V	V	V
スピニングバックフィスト	後方へステップする		V	V	V	V	V
スピニングバックフィスト	肘でブロックする(スピニングバックフィストを受ける)			V	V	V	V
スピニングバックフィスト	スイングの下または外側へのボビング&					V	V



ト	ウィービング						
---	--------	--	--	--	--	--	--



4.15 キックに対する防御

攻撃の種類	防御	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
前蹴り	後方へステップする	V	V	V	V	V	V
前蹴り	横にステップする		V	V	V	V	V
前蹴り	前腕による払い受け		V	V	V	V	V
前蹴り	肘による払い受け			V	V	V	V
前蹴り	前腕による払い受けと脚の捕獲				V	V	V
前蹴り	後ろ腕による払い受け	V	V	V	V	V	V
前蹴り	後ろ腕による払い受けと脚の捕獲					V	V
ローキック	後方へステップする	V	V	V	V	V	V
ローキック	すねでのブロック(チェック)	V	V	V	V	V	V
ローキック	すねでのクロスブロック	V	V	V	V	V	V
ローキック	足でのローキックブロック			V	V	V	V
ローキック	足によるクロスブロック			V	V	V	V
ローキック	自分の脚でローキックを受け流す				V	V	V
ローキック	パンチによるブ				V	V	V



	ロック(体の先 - 踏み込みとカウンターパンチ)						
ローキック	キックによるブロック(体の先 - 自らのキックによる反撃)					V	V
ラウンドキック	後方へステップする	V	V	V	V	V	V
ラウンドキック	手によるクロスブロック	V	V	V	V	V	V
ラウンドキック	肘によるクロスブロック		V	V	V	V	V
ラウンドキック	蹴り足をクロスで受け流す			V	V	V	V
ラウンドキック	パンチによるブロック(体の先 - 踏み込みとパンチ)				V	V	V
ラウンドキック	キックによるブロック(体の先 - 自らのキックによるカウンター)					V	V
横蹴り	後方へステップする		V	V	V	V	V
横蹴り	横にステップする						
横蹴り	前腕による払い受け			V	V	V	V
横蹴り	肘による払い受け				V	V	V
横蹴り	後ろ腕による払い受け				V	V	V
後ろ蹴り	後方へステップする			V	V	V	V



後ろ蹴り	横にステップする			V	V	V	V
後ろ蹴り	手によるクロスブロック			V	V	V	V
後ろ蹴り	肘によるクロスブロック				V	V	V

4.16 後ろ回し蹴りに対する防御

攻撃の種類	防御	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
後ろ回し蹴り	後方へステップする			V	V	V	V
後ろ回し蹴り	横にステップする				V	V	V
後ろ回し蹴り	手によるクロスブロック						
後ろ回し蹴り	肘によるクロスブロック						V
後ろ回し蹴り	踏み込む(内側へ踏み込んでキックを崩す)					V	V

4.17 膝技に対する防御

状況 / 攻撃の種類	防御	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
膝蹴り全般に対する防御	ブロック(腕、腰、太もも)による膝蹴りの阻止		V	V	V	V	V
正面膝蹴り - 密着	膝蹴りを受け流す(方向を変え、体の脇に流す)			V	V	V	V
正面膝蹴り - 密着	相手のバランスを崩す(引く/押す/回す)				V	V	V
正面膝蹴り - 離れた状態	後方へステップする		V	V	V	V	V



正面膝蹴り – 離れた状態	横にステップする			V	V	V	V
正面膝蹴り – 離れた状態	体の先(同時に踏み込み カウンターする)					V	V
ラウンド膝蹴 り – 密着	相手のバランスを崩す				V	V	V
ラウンド膝蹴 り – 密着	股間へのブロック(膝を 盾のように上げる)				V	V	V

4.18 投げ技・回転・転倒および受け身

項目	技術	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
受け身	後ろ受け身		V	V	V	V	V
受け身	横受け身			V	V	V	V
回転技	前転			V	V	V	V
回転技	後転				V	V	V
回転技	横回転				V	V	V
投げ技	大外刈り(外側からの足払い投げ)			V	V	V	V
投げ技	大内刈り(内側からの足払い投げ)				V	V	V
投げ技	大腰(腰投げ)					V	V
投げ技	出足払い(前足を払う技)				V	V	V
投げ技	足技(足および脚の技術)					V	V

4.19 対人練習形式²

練習形式(スパーリング / 対人ラウンド)	5級(黄帯)	4級(橙帯)	3級(緑帯)	2級(青帯)	1級(茶帯)	初段(黒帯)
3ラウンド × 2分	V					

²Zie uitleg nadere toelichting



5 ラウンド × 2 分		V				
7 ラウンド × 2 分			V			
5 ラウンド × 3 分				V		
6 ラウンド × 3 分					V	V

5. 補足説明

図表:三つの「先」の原則の違い

原則	何が起こるか
後の先	攻撃の後に対応する
体の先	攻撃の始まりに合わせて対応する
先の先	物理的な攻撃の前に行動する



実践例

- 後の先 → 相手が打ち、あなたはブロックしてカウンターする。
- 体の先 → 相手が打ち始め、あなたはそれを迎撃する。
- 先の先 → 相手の意図を察知し、先に攻撃を仕掛ける。

対人練習形式

対人練習形式とは、スパーリングを指します。ここでは、該当する級位で求められる技能のみが審査対象となります。

ボビング&ウィービング

ボビング = 膝を落として、パンチの下をくぐり抜けること。



ウィービング＝低い姿勢を保ちながら横方向に動くこと。多くの場合、滑らかなU字を描くように行う。

6. 段位審査 – 指針および認定基準

初段および二段は、GCSF 内のムエタイ・キックボクシング指導者養成課程への参加のための技術的参照水準も成しています。

養成構造における段位の役割

GCSF の養成構造において、段位は技術的経験および養成レベルの参照基準としても用いられます。

以下の指針が採用されています。

- 初段:上級実践者
- 二段:経験豊富な実践者 / 指導者候補
- 三段以上:シニアトレーナーまたは審査員

この構造は、選手が実践者からトレーナー、そして養成担当者へと成長できる、このスポーツにおける明確な発展の道筋を支えています。初段および二段は、公式な審査に合格することによってのみ取得できます。これらの審査において、受審者は該当する段位水準にふさわしい技術的および精神的な能力を備えていることを示します。

二段より上のすべての段位には、異なる制度が適用されます。これらの上位の段位は、功績に基づいて授与されることがあります。つまり、受審者は例えば以下のような形で、より高い段位を得ることができます。

- キックボクシングおよびムエタイ競技への長期にわたる、実証可能な貢献
- このスポーツの発展への特別な貢献
- 組織運営、社会的、または普及活動における功績
- 国内または国際的なレベルでこのスポーツを代表する活動

これらの上位の段位は、キックボクシングおよびムエタイ・コミュニティにおける意義、献身、そして影響力に対する評価として位置づけられます。

プロフェッショナルな姿勢と安全性

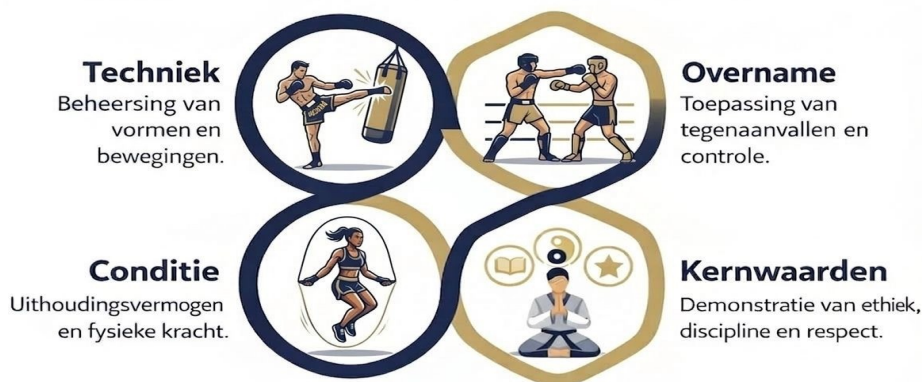
技術的な能力と四つの核となる価値観に加え、段位審査においては受審者のプロフェッショナルな姿勢にも重点が置かれます。初段および二段の受審者には、審査中に練習相手の安全を明確に

配慮し、コンタクトおよびインパクトに責任を持って対応し、統制された敬意ある練習状況を作り出すことができることが求められます。

このプロフェッショナルな姿勢は、将来指導者やトレーナーとしての役割を担う適性の重要な要素を成しています。段位審査において技術だけでなく、安全性、教育的な態度、そして模範としての役割にも目を向けることにより、指導者養成課程においてさらに深められる能力との直接的なつながりが生まれます。

初段および二段の審査では、以下の項目が審査対象となります。

Martial Arts Dan Exam Structure



1. 技術

段位審査では、審査委員会から指示された技術を披露します。

審査員は以下の点を確認します。

- コントロール
- バランス
- タイミング
- 実戦性
- 安全性

2. 事前に練習したオーバーネーム技術

これらのオーバーネーム技術は、1級以降の指定技術で構成されなければなりません。

攻撃

攻撃は以下で構成されます。

1. パンチ
2. キック
3. 膝蹴り

カウンター

カウンター技術は最低限、以下で構成されます。

- パンチおよび/または肘技を 2 つ
- キックおよび/または膝技を 1 つ

段位ごとの事前に練習するオーバーネーム技術の数

段位	技術数
初段	6
二段	10

オーバーネーム技術(二段)

二段の審査では、受審者は護身術の観点からの攻撃を、実用的なキックボクシング技術によって受け止め、制し、防御し、および/または離脱できることを示さなければなりません。

受審者は以下を示します。

- さまざまな形態の身体的攻撃に適切に対応すること
- バランス、間合い、安全性に対するコントロールを維持すること
- 適切なキックボクシングの対応(防御、カウンター、離脱技術、またはオーバーネーム技術)を用いること
- 適切な間合いを保ちながら開けた空間で、実用的な構えで終えること

攻撃は受け(Uke)が行います。受審者は取り(Tori)として対応します。³⁴

審査対象となる攻撃

1. バランスを崩す攻撃(押し)

受けは強い押しによって取りのバランスを崩します。取りは、受けが以下を行った際に対応しなければなりません。

³Uke = aanvaller én ontvanger van de techniek

⁴Tori = verdediger én uitvoerder van de techniek

- 前方から押す
- 後方から押す
- 側方から押す

この際、受けは制御された形で地面に倒れます。受審者は適切なキックボクシングの対応を示し、構えで終わります。

2. 前方からの体への抱え込み

受審者は正面からの体への抱え込みに対して防御を行います。審査項目:

- 後の先(攻撃に対応すること)
- 体の先(攻撃と同時に対応すること)

3. 後方からの体への抱え込み

受けは受審者を後方からしっかりと抱え込みます。受審者は効果的な離脱技術またはオーバーネーム技術を示します。審査項目:

- 後の先

4. 側方からの体への抱え込み

受けは側方からの体への抱え込みで受審者を攻撃します。受審者は適切なキックボクシングの防御で対応します。審査項目:

- 後の先

5. 首への両手掴み – 前方から

受けは両手で受審者の首を掴みます(正面からのクリンチまたは掴みの形)。受審者は以下を示します。

- 離脱すること
- オーバーネームすること
- またはキックボクシング技術による防御

審査項目:

- 後の先
- 体の先

6. 首への両手掴み – 後方から

受けは後方から首を掴みます。受審者は安全かつ効果的な対応を示します。審査項目:



- 後の先

7. 首への両手掴み – 側方から

受けは側方からの首掴みで攻撃します。受審者は防御を行い、間合いを作ります。審査項目:

- 後の先

各オーバーネームの最終目標

いずれの攻撃においても、受審者は以下を行わなければなりません。

- 攻撃を安全に無力化すること
- 技術、バランス、間合いに対するコントロールを示すこと
- 開けた空間で終えること
- 実用的な構えで
- 必要に応じて次の動作に備えていること

オーバーネーム技術 – 審査要件(二段)

受審者は、現実的な護身状況を想定した8つのオーバーネーム技術を披露します。いずれの攻撃においても、受審者はキックボクシングまたはムエタイの技術によって攻撃をかわし、無力化し、またはオーバーネームできることを示さなければなりません。

重点は以下に置かれます。

- 正確なタイミング
- 実用的な防御
- 間合いのコントロール
- 安全かつ効果的なカウンター
- 開けた空間で実用的な構えを取って終えること

攻撃は受け(最終的に技を受ける攻撃者)が行います。受審者は取り(防御しオーバーネームする側)として対応します。

3. コンディションと姿勢

審査員は以下の点を確認します。

- 持久力
- 姿勢と敬意



- 相手に対するコントロール
- 安全な実施

4. 四つの核となる価値観

審査員は以下の点を確認します。

- メンタリティ
- 規律
- 敬意
- 評価

7. 本ガイドラインの更新

本書で説明されているムエタイ・キックボクシングの段級制度は、柔軟かつ将来にわたって通用する枠組みとして構築されています。Global Combat Sports Federation(GCSF)は、本ガイドラインを固定的なものとしてではなく、格闘技、スポーツ教育学、スポーツ科学、そして国内外の規制における展開に応じて変化していく生きた文書として位置づけています。

段級制度の質と時代適合性を確保するため、GCSFは指導者、審査員、道場、その他の関係する専門家と協議しながら、本ガイドラインを定期的に評価します。この評価では、現場での経験、トレーニング理論および安全性に関する新たな知見、試合規則の展開、そしてスポーツ資格構造(KSS)や関連するスポーツ統括団体のガイドラインといった全国的な枠組みとの整合性などが検討されます。

8. 継続教育および中央研修

8.1 目的と基本方針

Global Combat Sports Federation(GCSF)における段位は、固定された到達点ではなく、積極的に維持されるべき専門的能力です。継続教育(PE)は、段位保持者が技術、指導法、規則に関する知識を維持し、格闘技、スポーツ教育学、スポーツ科学、および関連規則における新たな知見に対応し続けることを保証します。

継続教育(PE)の義務は、初段以上のすべての段位保持者に適用され、実際に指導、審判、または競技活動を行っているかどうかを問いません。PE活動および中央研修への参加を通じて、すべての段位保持者はGCSF段級制度の質、統一性、そして信頼性に貢献します。

8.2 暦年ごとの継続教育義務

すべての段位保持者は、暦年ごとに最低20の継続教育(PE)ポイントを取得しなければなりません。暦年は1月1日から12月31日までとします。ポイントは、GCSFが事前に認定した活動、またはGCSFが認定した枠組みの中で提供される活動に対してのみ付与されます。

段位保持者は、取得した継続教育(PE)ポイントの記録および証明について自ら責任を負います。GCSFはこのために中央登録簿を管理し、各段位保持者のPEポイントの状況および中央研修への参加状況を記録します。

8.3 認定される継続教育活動とポイント評価

継続教育(PE)ポイントは、特に以下の活動を通じて取得することができます。以下のポイント評価は目安であり、最終的な付与は GCSF が行います。

- GCSF が認定する研修、クリニック、またはセミナーへの参加:半日ごとに 4PE ポイント、1 日あたり最大 8 ポイントまで。
- 年次 GCSF 中央研修への参加(第 8.4 節参照):1 回につき 8PE ポイント。
- GCSF が認定する活動、審査、または大会における実際の指導または審判活動:半日ごとに 2PE ポイント。
- スポーツ資格構造(KSS)または同等の枠組みにおける追加養成課程またはコースの受講:GCSF の判断により、モジュールごとに 4 から 8PE ポイント。
- GCSF が審査・認定した専門記事、指導案、または指導動画の発表:発表ごとに 2 から 6PE ポイント。
- GCSF が指定する学習コースまたは e ラーニングによる自主学習:暦年あたり最大 4PE ポイントまで。

8.4 必須の年次中央研修

GCSF は暦年ごとに 1 回の中央研修を開催します。この中央研修はすべての段位保持者にとって必須であり、技術の刷新、指導法の向上、規則に関する知識、そして連盟内の統一性を目的としています。

中央研修は、実施の少なくとも 3 か月前に GCSF の公式チャンネルを通じて告知されます。会場、日程、プログラムは適切な時期に公表されます。参加は GCSF によって記録され、自動的に 8PE ポイントが付与されます。

段位保持者がやむを得ない理由により年次中央研修に参加できない場合、事前に書面で GCSF 理事会に届け出なければなりません。協議の上、内容および負荷において同等の代替プログラムを定めることができます。代替プログラムは同一暦年内に完了しなければなりません。

8.5 登録と証明

すべての段位保持者は、GCSF の継続教育(PE)制度において個人登録を受けます。この登録簿には、取得したすべての PE ポイント、中央研修への参加状況、そして該当する場合は代替活動が記録されます。



GCSF 以外で受講した活動については、段位保持者は参加証明(証明書、主催団体による証明書、または GCSF が認める他の証拠書類)を提出しなければなりません。GCSF は、その活動が継続教育(PE)ポイントの対象となるか、また適切な評価がどの程度であるかを判断します。

8.6 遵守、警告、および是正期間

各暦年の終わりに、GCSF はすべての段位保持者について、20 ポイントの継続教育(PE)義務が満たされているか、また年次中央研修(または承認された代替プログラム)に参加したかどうかを確認します。

段位保持者がいずれか一方または両方の義務を満たしていない場合、GCSF から正式な警告を受けます。この警告には、警告の日付から起算して 12 か月の是正期間が設けられます。この是正期間内に、段位保持者は不足している PE ポイントを補い、かつ中央研修(または承認された代替プログラム)に改めて参加しなければなりません。

是正期間の終了後もなお義務が満たされていない場合、段位保持者のライセンスは停止されます。停止期間中は、GCSF の名の下で指導、審査の実施、または役員としての活動を行うことは認められません。停止は、未履行のすべての義務が満たされ、GCSF がそれを確認した時点で解除されます。

8.7 特例条項

長期の疾病、妊娠、けが、介護、その他のやむを得ない個人的事情など、特別な事情がある場合、GCSF 理事会は書面による申請に基づき、継続教育(PE)義務または中央研修への参加義務について個別の調整を定めることができます。このような調整は書面で確認され、該当する段位保持者の PE 登録簿に記載されます。

付録:タイ語用語集

以下の用語集には、本文書で使用されているタイ語の用語が、そのローマ字表記および日本語訳とともに掲載されています。ローマ字表記は、発音の補助のためのいくつかの調整を加えたうえで、タイ王国式ローマ字表記法(RTGS)に準拠しています。用語は日本語訳に基づいてアルファベット順(五十音順)に並べられています。

日本語	ローマ字表記	タイ語
脚部(下段)への後ろ回し蹴り	<i>Spinning hook naar been</i>	เตะหมุนกลับสันเท้า ใต้อา



日本語	ローマ字表記	タイ語
後方への水平肘打ち	<i>Sok lang</i>	ศอกหลัง
脚部への後ろ蹴り	<i>Tae klap lang khaa</i>	เตะกลับหลัง ขา
頭部への後ろ蹴り	<i>Tae klap lang sii-sa</i>	เตะกลับหลัง ศีรษะ
胴体への後ろ蹴り	<i>Tae klap lang lam-tua</i>	เตะกลับหลัง ลำตัว
胴体への押し前蹴り(強い押し蹴り)	<i>Pushing teep lam-tua</i>	ถีบลำตัว ผลักออก
円運動による移動	<i>Kaan khluen-thii pen wong-klom</i>	การเคลื่อนที่เป็นวงกลม
規則	<i>Kot ra-biap</i>	กฎระเบียบ
試合規則	<i>Kot ka-ti-kaa kaan khaeng-khan</i>	กฎกติกาการแข่งขัน
頭部へのストレートパンチ	<i>Mat trong sǎ-sà</i>	หมัดตรง ศีรษะ
胴体へのストレートパンチ	<i>Mat trong lam-tua</i>	หมัดตรง ลำตัว
頭部への跳び後ろ回し蹴り	<i>Kradòot tae mun klap son thao sii-sa</i>	กระโดด เตะหมุนกลับสันเท้า ไล่ ศีรษะ
胴体への跳び後ろ回し蹴り	<i>Kradòot tae mun klap son thao lam-tua</i>	กระโดด เตะหมุนกลับสันเท้า ไล่ ลำตัว
跳び後ろ蹴り(一般)	<i>Kradòot tae klap lang</i>	กระโดด เตะกลับหลัง
頭部への跳び後ろ蹴り	<i>Kradòot tae klap lang sii-sa</i>	กระโดด เตะกลับหลัง ศีรษะ
胴体への跳び後ろ蹴り	<i>Kradòot tae klap lang lam-tua</i>	กระโดด เตะกลับหลัง ลำตัว
脚部への跳び正面膝蹴り	<i>Kradòot khao trong khaa</i>	กระโดด เข่าตรง ขา
頭部への跳び正面膝蹴り	<i>Kradòot khao trong sii-sa</i>	กระโดด เข่าตรง ศีรษะ
胴体への跳び正面膝蹴り	<i>Kradòot khao trong lam-tua</i>	กระโดด เข่าตรง ลำตัว
脚部への跳びラウンド膝蹴り	<i>Kradòot khao khong khaa</i>	กระโดด เข่าโค้ง ขา
頭部への跳びラウンド膝蹴り	<i>Kradòot khao khong sii-sa</i>	กระโดด เข่าโค้ง ศีรษะ
胴体への跳びラウンド膝蹴り	<i>Kradòot khao khong lam-tua</i>	กระโดด เข่าโค้ง ลำตัว
頭部への跳びラウンドキック	<i>Kradot tae tat si-sa</i>	กระโดด เตะตัด ศีรษะ
胴体への跳びラウンドキック	<i>Kradot tae tat lam-tua</i>	กระโดด เตะตัด ลำตัว
頭部への跳び前蹴り	<i>Jumping teep naa</i>	ถีบหน้า กระโดด



日本語	ローマ字表記	タイ語
胴体への跳び前蹴り	<i>Jumping teep lam-tua</i>	ถีบลำตัว กระโดด
跳び横蹴り(一般)	<i>Kradòot tae khaang</i>	กระโดด เตะข้าง
脚部への跳び横蹴り	<i>Kradòot tae khaang khaa</i>	กระโดด เตะข้าง ขา
頭部への跳び横蹴り	<i>Kradòot tae khaang sii-sa</i>	กระโดด เตะข้าง ศีรษะ
胴体への跳び横蹴り	<i>Kradòot tae khaang lam-tua</i>	กระโดด เตะข้าง ลำตัว
正しい構え	<i>Thaa-thaang kaan taw-suu thii dii</i>	ท่าทางการต่อสู้ที่ดี
頭部へのフックパンチ	<i>Mat hook sǎ-sà</i>	หมัดฮุก ศีรษะ
胴体へのフックパンチ	<i>Mat hook lam-tua</i>	หมัดฮุก ลำตัว
脚部/下段への水平肘打ち	<i>Sok nae-non khaa</i>	ศอก แนวนอน ขา
頭部への水平肘打ち	<i>Sok nae-non sǎ-sà</i>	ศอก แนวนอน ศีรษะ
胴体への水平肘打ち	<i>Sok nae-non lam-tua</i>	ศอก แนวนอน ลำตัว
「先」の原則に関する知識	<i>Lak sen</i>	หลักเซ็น
道場での礼儀作法に関する知識	<i>Maa-ra-yaat nai khaai muai</i>	มารยาทในค่ายมวย
ムエタイおよびキックボクシングの各流派に関する知識	<i>Khwaam-ruu kiao-kap ruup-baep taang-taang</i>	ความรู้เกี่ยวกับรูปแบบต่างๆ
服装および用具は適切な状態でなければならない。	<i>Sueaa-phaa lae u-pa-kon</i>	เสื้อผ้าและอุปกรณ์
筋力	<i>Khwaam khaeng-raeng</i>	ความแข็งแรง
柔軟性	<i>Khwaam yuet-yun</i>	ความยืดหยุ่น
レバーへのパンチ	<i>Mat lam-tua</i>	หมัดลำตัว
脚部への斜めラウンドローキック	<i>Tae tam kha chiang</i>	เตะต่ำ ขา เฉียง
脚部へのラウンドローキック	<i>Tae tam kha</i>	เตะต่ำ ขา
脚部への斜め前方ローキック	<i>Tae tam trong kha chiang</i>	เตะต่ำ ตรงขา เฉียง
脚部/下段への下段肘打ち	<i>Sok long khaa</i>	ศอกลง ขา
頭部への下段肘打ち	<i>Sok long sǎ-sà</i>	ศอกลง ศีรษะ
胴体への下段肘打ち	<i>Sok long lam-tua</i>	ศอกลง ลำตัว



日本語	ローマ字表記	タイ語
頭部へのアッパーカット	<i>Mat soei sǎ-sà</i>	หมัดเสย ศีรษะ
胴体へのアッパーカット	<i>Mat soei lam-tua</i>	หมัดเสย ลำตัว
脚部/下段への上段肘打ち	<i>Sok tang khaa</i>	ศอกตัง ขา
頭部への上段肘打ち	<i>Sok tang sǎ-sà</i>	ศอกตัง ศีรษะ
胴体への上段肘打ち	<i>Sok tang lam-tua</i>	ศอกตัง ลำตัว
頭部/胴体への逆突き(クロス)	<i>Mat trong kwaa</i>	หมัดตรงขวา
脚部への正面膝蹴り、離れた状態	<i>Khao trong khaa – los</i>	เข่าตรง ขา แบบหลุด
脚部への正面膝蹴り、密着した状態	<i>Khao trong khaa</i>	เข่าตรง ขา
頭部への正面膝蹴り、離れた状態	<i>Khao trong sii-sa – los</i>	เข่าตรง ศีรษะ แบบหลุด
頭部への正面膝蹴り、密着した状態	<i>Khao trong sii-sa</i>	เข่าตรง ศีรษะ
胴体への正面膝蹴り、離れた状態	<i>Khao trong lam-tua – los</i>	เข่าตรง ลำตัว แบบหลุด
胴体への正面膝蹴り、密着した状態	<i>Khao trong lam-tua</i>	เข่าตรง ลำตัว
脚部へのラウンド膝蹴り、離れた状態	<i>Khao khong khaa – los</i>	เข่าโค้ง ขา แบบหลุด
脚部へのラウンド膝蹴り、密着した状態	<i>Khao khong khaa</i>	เข่าโค้ง ขา
頭部へのラウンド膝蹴り、離れた状態	<i>Khao khong sii-sa – los</i>	เข่าโค้ง ศีรษะ แบบหลุด
頭部へのラウンド膝蹴り、密着した状態	<i>Khao khong sii-sa</i>	เข่าโค้ง ศีรษะ
胴体へのラウンド膝蹴り、離れた状態	<i>Khao khong lam-tua – los</i>	เข่าโค้ง ลำตัว แบบหลุด
胴体へのラウンド膝蹴り、密着した状態	<i>Khao khong lam-tua</i>	เข่าโค้ง ลำตัว
頭部へのラウンドキック	<i>Tae tat si-sa</i>	เตะตัด ศีรษะ
胴体へのラウンドキック	<i>Tae tat lam-tua</i>	เตะตัด ลำตัว
頭部/胴体へのスピニングバックフist	<i>Mat klap lang</i>	หมัดกลับหลัง
ラインから外れるステップ	<i>Kaan kaao awk naawk naeo</i>	การก้าวออกนอกแนว
持久力	<i>Khwaam ot-thon</i>	ความอดทน
立位から寝位への移行	<i>Jaak yuen suu naawn</i>	จากยืนสู่นอน
立位から座位への移行	<i>Jaak yuen suu nang</i>	จากยืนสู่นั่ง
前後移動	<i>Kaan khluen-thii naa-lang</i>	การเคลื่อนที่หน้า-หลัง



日本語	ローマ字表記	タイ語
胴体への前方ラウンドキック	<i>Tae trong lam-tua</i>	เตะตรง ลำตัว
胴体への前蹴り	<i>Teep lam-tua</i>	ถีบลำตัว
横移動	<i>Kaan khluan-thii daan khaang</i>	การเคลื่อนที่ด้านข้าง
脚部への横蹴り	<i>Tae khaang khaa</i>	เตะข้าง ขา
頭部への横蹴り	<i>Tae khaang sii-sa</i>	เตะข้าง ศีรษะ
胴体への横蹴り	<i>Tae khaang lam-tua</i>	เตะข้าง ลำตัว

必要に応じて、これらの評価に基づき、技術の説明、審査要件、段級基準、および指導者養成課程との関係について調整が行われます。本ガイドラインの新版は、GCSF 内の権限を有する機関によって制定され、すべての加盟団体、指導者、審査員に通知されます。このようにして、段級制度はムエタイ・キックボクシングにおける選手および指導者の育成のための、信頼性が高く、透明かつプロフェッショナルな基盤であり続けます。