

ら・わ行

| わざ | タイプ | 分類 | 威力 | 命中 | PP | 効果の範囲 | 直接 | 口わざの威力 | 効果 |
|----------|-------|------|-----|-----|----|--------|----|--------|--|
| ラスターカノン | はがね | とくしゅ | 80 | 100 | 10 | 通常 | — | 130 | 10%の確率で相手の「とくぼう」を1段階下げる |
| リーフストーム | くさ | とくしゅ | 130 | 90 | 5 | 通常 | — | 140 | 自分の「とくこう」が2段階下がる |
| リーフブレード | くさ | ぶつり | 90 | 100 | 15 | 通常 | ○ | 130 | 急所に当たりやすい |
| リサイクル | ノーマル | へんか | — | — | 10 | 自分 | — | — | 一度使った持ちものを、もう一度使うことができる |
| リフレクター | エスパー | へんか | — | — | 20 | 味方場 | — | — | 5ターンの間、相手のぶつりわざのダメージを半分にする 使ったポケモンが交代しても、ターン分は効果が受けつづかれる ダブルバトル、マックススレイドバトルでは効果が低くなる |
| リベンジ | かくとう | ぶつり | 60 | 100 | 10 | 通常 | ○ | 80 | そのターンに相手からダメージを受けると、わざの威力が2倍になる |
| りゅうせいぐん | ドラゴン | とくしゅ | 130 | 90 | 5 | 通常 | — | 140 | 自分の「とくこう」が2段階下がる |
| りゅうのいぶき | ドラゴン | とくしゅ | 60 | 100 | 20 | 通常 | — | 110 | 30%の確率で相手を「まひ」状態にする |
| りゅうのはどう | ドラゴン | とくしゅ | 85 | 100 | 10 | 通常 | — | 130 | 通常攻撃 |
| りゅうのまい | ドラゴン | へんか | — | — | 20 | 自分 | — | — | 自分の「こうげき」と「すばやさ」を1段階上げる |
| りんごさん | くさ | とくしゅ | 80 | 100 | 10 | 通常 | — | 130 | 100%の確率で相手の「とくぼう」を1段階下げる |
| りんしょう | ノーマル | とくしゅ | 60 | 100 | 15 | 通常 | — | 110 | 同じターンに複数のポケモンがこのわざを出すと、はじめに「りんしょう」を使ったポケモンに合わせてわざを出せる 後に出た「りんしょう」は、威力が2倍になる 相手がわざ「みがわり」を使っている場合、攻撃が当たる |
| れいとうパンチ | こおり | ぶつり | 75 | 100 | 15 | 通常 | ○ | 130 | 10%の確率で相手を「こおり」状態にする |
| れいとうビーム | こおり | とくしゅ | 90 | 100 | 10 | 通常 | — | 130 | 10%の確率で相手を「こおり」状態にする |
| れんごく | ほのお | とくしゅ | 100 | 50 | 5 | 通常 | — | 130 | 100%の確率で相手を「やけど」状態にする 相手が「こおり」状態のときに「おりがとける |
| れんぞくぎり | むし | ぶつり | 40 | 95 | 20 | 通常 | ○ | 90 | わざを当てるたびに、わざの威力が2倍になっていく(最大で160) 攻撃を一度でもはずすと、威力はもどる |
| ローキック | かくとう | ぶつり | 65 | 100 | 20 | 通常 | ○ | 85 | 100%の確率で相手の「すばやさ」を1段階下げる |
| ロケットずつき | ノーマル | ぶつり | 130 | 100 | 10 | 通常 | ○ | 140 | 1ターン目はためて、2ターン目で攻撃する 1ターン目に、自分の「ぼうぎょ」を1段階上げる |
| ロックオン | ノーマル | へんか | — | — | 5 | 通常 | — | — | 次のターンの攻撃を必ず命中させる |
| ロックカット | いわ | へんか | — | — | 20 | 自分 | — | — | 自分の「すばやさ」を2段階上げる |
| ロックブラスト | いわ | ぶつり | 25 | 90 | 10 | 通常 | — | 130 | 1ターンに2～5回連続して攻撃する |
| ワイドガード | いわ | へんか | — | — | 10 | 味方場 | — | — | そのターンに相手が出した、複数のポケモンに同時に影響するわざを受けない |
| ワイドブレイカー | ドラゴン | ぶつり | 60 | 100 | 15 | 相手複数 | ○ | 110 | 100%の確率で相手の「こうげき」を1段階下げる 複数のポケモンに攻撃が当たった場合は、わざの威力が4分の3になる |
| ワイルドボルト | でんき | ぶつり | 90 | 100 | 15 | 通常 | ○ | 130 | 相手に与えたダメージの4分の1を自分が受ける |
| わたぼうし | くさ | へんか | — | 100 | 40 | 相手複数 | — | — | 相手の「すばやさ」を2段階下げる くさタイプのポケモンには効果が無い |
| わるあがき | ノーマル | ぶつり | 50 | — | 1 | 通常 | ○ | — | すべてのわざのPPを使い切ると出る 攻撃後、最大HPの4分の1のダメージを自分が受ける タイプによる影響を受けずに、ダメージを与える |
| わるだくみ | あく | へんか | — | — | 20 | 自分 | — | — | 自分の「とくこう」を2段階上げる |
| ワンダースチーム | フェアリー | とくしゅ | 90 | 95 | 10 | 通常 | — | 130 | 20%の確率で相手を「ごらん」状態にする |
| ワンダールーム | エスパー | へんか | — | — | 10 | 相手・味方場 | — | — | 5ターンの間、すべてのポケモンの「ぼうぎょ」と「とくぼう」が入れ替わる 効果ターン中にもう一度使うと、効果がなくなる |