



KENRAKU DOJO DÄNIKON



8.KYU

In Kampfposition

1. Mae-Geri Chusoku Chudan, Gyaku-Tsuki Chudan, drehen mit Uchi-Uke
2. Rückwärts gleiten mit Soto-Uke, Gedan-Barai, Gyaku-Tsuki Chudan, drehen in Kampfstellung

5.KYU

In Kampfposition

Mae-Geri Chudan, Yoko-Geri Chudan, Ushiro-Geri Chudan, Gyaku-Tsuki Chudan

2.KYU

In Kampfposition

1. Nach hinten gleiten mit Gedan-Barai
2. leicht nach vorne gleiten mit Oi-Age-Uchi und Gyaku-Tsuki Chudan
3. mit hinterem Bein kurz Hiza-Geri antäuschen, gefolgt von Mae-Geri Chudan, Mawashi-Geri Chudan, Ushiro-Geri Chudan, Mae-Gedan-Barai und Gyaku-Tsuki Chudan

1.KYU

In Kampfposition

1. Oi-Tsuki, Gyaku-Tsuki, Oi-Tsuki, Shita-Tsuki
2. vorderes Bein Mawashi-Geri Jodan, gefolgt von Oi-Tsuki, Gyaku-Tsuki
3. hinteres Bein Mawashi-Geri Jodan

1.DAN

In Kampfposition

1. Mawashi-Geri Jodan, gefolgt von Ushiro-Mawashi-Geri Jodan
2. weiter mit Mae-Geri Jodan, Mawashi-Geri Jodan, Ushiro-Mawashi-Geri Jodan