



Kime no Kata

Idori

1. Ryote-dori
2. Tsuki-kake /Tsukkake
3. Suri-age
4. Yoko-uchi
5. Ushiro-dori
6. Tsuki-komi / Tsukkomi
7. Kiri-komi
8. Yoko-tsuki

Techniken im Sitzen

- Ergreifen beider Hände
gerader Fauststoß
Handballenstoß zum Kopf
seitlicher Schlag
Fassen von hinten
gerader Messerstich
Messerschnitt von oben
seitlicher Stich

Tachiai

1. Ryote-dori
2. Sode-tori
3. Tsuki-kake / Tsukkake
4. Tsuki-age
5. Suri-age
6. Yoko-uchi
7. Ke-age
8. Ushiro-dori
9. Tsuki-komi / Tsukkomi
10. Kiri-Komi
11. Nuki-kake
12. Kiri-oroshi

Techniken im Stand

- Ergreifen beider Hände
Ärmelgreifen
gerader Fauststoß
Aufwärtshaken
Handballenstoß zum Kopf
seitlicher Schlag
Aufwärtstritt
Fassen von hinten
gerader Messerstich
Messerschnitt von oben
Ziehen des Schwertes
Schwerthieb von oben