

Basis-Bunkai Heian Yondan

Anwendung 01

Jodan Haiwan Sokumen Yoko Uke / Zenwan Hitai Mae Yoko Kamae



Anwendung 02

Gedan Juji Uke / Morote Uke



Tritt mit Unterarm
innen abwehren



Unterarmaußenseite
gegen den Hals
gleichzeitig
Tate zuki zum
Körper

Anwendung 03

Uraken / Yoko Geri / Gyaku Mae Empi



Basis-Bunkai Heian Yondan

Anwendung 04

Uraken / Yoko Geri / Gyaku Mae Empi



Anwendung 04.2

Gedan Sho Barei / Jodan Yoko Haiwan Nagashi Uke / Gyaku Shuto Uchi



Basis-Bunkai Heian Yondan

Anwendung 05

Kakiwake Uke / Mae Geri / Ren Zuki



Basis-Bunkai Heian Yondan

Anwendung 06

Morote Uchi Uke / Hizza Geri / Shuto Uke



Basis-Bunkai Heian Yondan

Anwendung mit Wurf

