

Uchi Harai

Uke greift rechts mit Jodan Tsuki an, Tori blockt mit links Jodan Uke, gefolgt von einem Shitan Ken zu Ukes Gesicht.

Tori geht mit dem rechten Bein einen Schritt vor und schlägt mit rechts ebenfalls einen Shitan Ken zu Ukes Gesicht.

Tori führt mit dem rechten Bein Zenpo keru aus, was Uke mit einem linken Gedan Uke abwehrt und versucht sogleich mit links einen Jodan Tsuki aus dem Block.

Tori führt Jodan Uke mit der linken Hand aus und schlägt mit Links wieder Shitan ken zu Ukes Gesicht.

Tori geht rasch mit dem rechten Bein nach vorn und schlägt Fudo Ken zu Ukes Butsumetsu.

Toris rechter Arm geht unter Ukes linken Arm, während Toris linke Hand Ukes rechten Arm ergreift.

Tori bringt seinen rechten Fuß hinter Ukes rechtes Bein und wirft.

BUJINKAN DEUTSCHLAND

NINPO TAIJUTSU

DENSHO

SEMINAR

29 / 30. Sept. 2007

Steffen G. Fröhlich
Judan Ku Gyo

九
鬼
神
伝
流

Kukishin Ryu

Die nächsten Level

Tama Nage

Uke greift rechts mit Joda Tsuki an, Tori blockt mit links Jodan Uke.
Uke kontert sofort und bringt seinen rechten Arm unter Toris linken Arm um Ganseki Nage anzusetzen.

Tori schlägt Uke zu Koe mit einem rechten Boshi Ken.

Uke tritt mit einem rechten Schritt heraus um dem Boshi Ken zu entgehen.

Tori ergreift mit seiner rechten Hand nun Ukes rechtes Handgelenk von der Unterseite her in einer Form von Omote Gyaku.

Mit seiner linken Hand ergreift Tori Ukes rechten Ellenbogen.

Mit Druck auf den Ellenbogen wechselt Tori von Omote Gyaku in Ura Gyaku, greift mit der linken Hand auf das Brustbein, tritt hinter Ukes rechtes Bein und vollendet mit O-soto-nage.

Anmerkung: Wenn der Handwechsel zu riskant ist, wirft man stattdessen mit Gyaku Nage

Gyaku Nage

Umgekehrt werfen

Uke greift rechts mit Joda Tsuki an, Tori blockt mit links Jodan Uke.

Tori ergreift dabei sofort Ukes rechtes Handgelenk mit seiner linken Hand und ergreift die rechte Schulter mit seiner rechten Hand.

Tori versucht nun Uke mit einem Tritt bei Suzu zu treffen, doch Uke schlägt in diesem Moment einen linken Jodan Tsuki.

Tori macht einen Schritt mit dem rechten Fuß zurück (der gleiche wie mit dem der Kick angesetzt wurde) und blockt rechts Gedan Uke.

Tori ergreift nun die Rückseite von Ukes rechter Hand mit seiner rechten Hand und schlägt mit links Shikan Ken zu Ukes Gesicht.

Uke fühlt seine rechte Hand frei, und blockt diesen Angriff Toris mit Jodan Uke, und kontert mit rechts Fudo Ken Jodan.

Tori blockt mit links Jodan Uke, ergreift erneut das rechte Handgelenk von Uke mit der linken Hand.

Von diesem Griff aus schlägt Tori nun mit der linken Hand zu Jinchu mit Shitan ken,

bringt sein rechtes Bein hinter Ukes rechtes Bein und wirft O-soto-nage.

To Ryaku

Uke hält Tori in Hidari-Kumi Uchi (linke Hand am Kragen/Revers, rechte Hand am Ärmel).

Tori kontrolliert den Griff am Kragen mit seiner rechten Hand und hält den Arm mit seiner linken Hand.

Tori geht nach rechts und läßt seine rechte Hand unter Ukes linken Arm fallen, die rechte Hand kommt auf, so daß die Handfläche unter Ukes Ellenbogen platziert ist.

Tori geht mit Yoko Aruki nach Rechts weiter und er greift mit seiner linken Hand den Bizeps von Ukes linken Arm.

Tori macht nun mit seinem linken Bein einen Schritt zurück, kniet auf das linke Knie ab und zieht so Uke Gesicht nach unten zu Boden.

Sho To

Geheim ...

Musa Sabi

Uke greift rechts mit Joda Tsuki an, Tori blockt mit links Jodan Uke.

Uke kontert sofort und bringt seinen rechten Arm unter Toris linken Arm um Ganseki Nage anzusetzen.

Tori schlägt Uke zu Koe mit einem rechten Boshi Ken.

Uke tritt mit einem rechten Schritt heraus um dem Boshi Ken zu entgehen.

Tori ergreift nun Ukes rechtes Handgelenk mit seiner linken Hand, packt die Schulter mit seiner rechten und tritt zu Ukes Suzu mit dem rechten Fuß.

Nach dem Kick bringt Tori den Fuß auf der Innenseite von Ukes rechtem Knie an, drückt an der Schulter und mit einem Tritt fegt Tori Uke mit einem Uchimata weg, der Uke zu Boden bringt.

Tori zieht am Handgelenk.

KUKISHIN RYU

Das Kämpfen in der Rüstung mit Waffen erfordert ein spezielles Sabaki. So ist es gut dem Gegner seitlich auszuweichen und ihn im geeigneten Moment aufzunehmen.

Hier gilt es keine Absicht erkennen zu lassen um eine Öffnung beim Gegner zu finden oder zu schaffen, um dem Gegner zuvor zu kommen und ihn in die Defensive zu treiben, damit er sich hinter seinem Schutz verstecken muss.

Verlasse die Linie des Angriffs und schütze die Flanken. Zwingen den Körper des Gegners in eine Biegung und achte auf den Verteidigungswinkel.

In der MOGURI GATA ist es typisch unter den Gegner zu gehen das Gleichgewicht zu brechen und dann in ihm aufzutauchen.

Hier ist jede Schwäche des Rüstungsschutzes auszunutzen und die Waffe wird voll hinter bzw vor den Körper gebracht um als Einheit einzusteigen.

Die SHIRABE GATA bedeutet soviel wie Nachforschen oder Herausfinden.

Hier steht im Vordergrund, die Absichten des Gegners, seine Fähigkeiten und auch Schwächen herauszufinden.

Man sucht nach Schwächen im Rüstungsschutz und nach verborgenen Waffen.

Ab einem gewissen Niveau kann man direkt „ ins Herz des Gegners schauen “.

Um dies zu erreichen ist es von primärer Wichtigkeit die menschliche Natur zu verstehen.

Die Beinarbeit soll fließend sein und die schwere Rüstung sollte als Zweck und nicht als Belastung erkannt werden – so ist es auch mit den Waffen.

九神流八法秘剣の術

Kukishin-Ryû Happô Hiken no Jutsu

Die Kunst der 8 Arten der versteckten Klinge im Kukishin-Ryû

Hira no kamae

- beide Hände in natürlicher Haltung in Hüfthöhe
- die Augen schwächen die Augen des Gegners

Hira-ichimonji no kamae

- beide Arme rechts und links in Ichimonji-Stellung ausbreiten um größer zu wirken

Seigan

- Körper nach rechts gerichtet
- rechte Hand ist an der Hüfte
- Handkante der linken Hand zeigt zum Gegner

Katate Hichô no kamae

- während die rechte Faust dem Gegner entgegengestreckt wird nach links bewegen, das linke Bein ranziehen, Hüfte absenken und die linke Hand an die Brust nehmen

Kôsei

- linke Faust „aus dem Versteck“ zum Gesicht des Gegners, rechte Faust an der Brust
- Hüfte absenken und rechten Fuß nach hinten ziehen

Übe diese Stellungen auch gegen einen Angriff. Der Gegner macht einen Fauststoß mit rechts.

Ryu Fuki

Uke greift rechts Jodan Tsuki, gefolgt von links Jodan Tsuki an und Tori reagiert mit links Jodan Uke und rechts Jodan Uke.

Dann greift Tori mit einem Schritt nach vorn Ukes Kragen mit der rechten Hand, die linke Hand greift Ukes rechten rechten Ärmel.

Uke greift Tori in gleicher Weise und versucht nun Seoi Nage.

Tori senkt sein Gewicht und führt einen Fudo Ken zu Ukes Leiste/Hoden aus, gefolgt von einem rechten Fudo Ken zu Oberseite des rechten Oberschenkels von Uke.

Zeitgleich bringt Tori nun mit links einen Fudo Ken zur Rückseite der Rippen bei Uke an.

Tori zieht Uke in eine aufrechte Position zurück, Tori vollzieht dies, indem er Ukes linken Bezips mit der rechten Hand und Ukes rechten Bizeps mit der linken Hand ergreift und quetscht.

Tori macht nun einen Kikaku Ken zu Ukes Brustkorb, während sein rechtes Bein zwischen Ukes Beine platziert wird, und sich von hinten in Ukes linkes Bein einhakt.

Tori drückt Uke zu Boden.

Tobi Chigae

Uke greift rechts Jodan Tsuki an und Tori erwidert mit links Jodan Uke.

Tori bewegt sich aus die Aussenseite von Uke und führt einen rechten Jodan Uke am gleichen Arm zur Aussenseite von Ukes Hand aus.

Dies wirft Ukes Arm über Ukes Brustkorb zu Ukes linker Körperseite.

Tori tritt nun mit seinem rechten Fuß auf Ukes rechten Fuß und kann mit rechts einen Boshi Ken zu Ukes Butsumetsu ausführen.

Yama Otoshi

Den Berg zerschmettern

Uke greift rechts mit Joda Tsuki an, Tori blockt mit links Jodan Uke. Tori ergreift das Handgelenk von Ukes rechtem Arm und bringt seine rechte Hand auf Ukes linke Schulter. Dabei drückt er seinen rechten Daumen in Ukes Nacken. Mit der rechten Hand schlägt Tori nun Shako Ken zu Ukes Gesicht, macht einen Schritt hinter Ukes rechtes Bein mit seinem rechten Bein und wirft Uke zu Boden, wobei er Ukes Handgelenk mit seiner linken festhält.

Shirabe Moguri Gata

Moguri Dori

Uke führt einen rechten Jodan Tsuki aus, Tori blockt links mit Jodan Uke.

Uke ergreift nun Toris linkes Handgelenk.

Tori macht einen Schritt mit einem rechten Keri, und als dieser Fuß den Boden wieder berührt, tritt Tori nochmals rechts vor und schlägt rechts mit Ura Shuto zu Uko.

Tori bringt nun sein rechtes Bein hinter Ukes rechten Fuß, bringt seine Hüfte nahe zu Ukes Hüfte und wirft Uke.

Sharin

Achse

Konter zu Moguri Dori.

Im Augenblick da Tori seinen Hüftwurf am Ende von Moguri Dori ansetzt, drückt Uke seinen rechten Oberschenkel unter Toris Oberschenkel.

Die rechte Hand kommt hoch zum Nacken und der linke Arm geht um den Rücken herum und ergreift Tori rechts an Shichibatsu.

Uke fällt auf sein linkes Knie und wirft so Tori darüber, wobei er mit den Händen nachhilft.

Anmerkung: Damit diese Technik korrekt funktioniert, müssen Tori und Uke in einer direkten Linie stehen

Ko Fuki

Geheim ...

Kukishinden Ryu

Okuden no kata

Fu setsu

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt kontert Uke mit einem Fudo Ken zum Bein, Uke erwidert mit einem rechten Jodan Tsuki.

Tori blockt mit Jumonji Dori (Kreuzblockade) und setzt Oni Kudaki an.

Tori streckt den Arm, geht darunter gegen den Uhrzeigersinn hindurch (hält Ukes Schulter mit der linken Hand). Tori tritt mit einem rechten Kakato Keri (Fersentritt) zu Ukes Oberschenkel Innenseite, tritt zurück mit dem rechten Bein und wirft Uke mit dem Gesicht zu Boden

Gongi

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit Jumonji Dori (Kreuzblockade) zu Ukes rechtem Arm und setzt Oni Kudaki an.

Tori tritt mit rechts zu Ukes Leiste/Hoden und setzt seinen Fuß zwischen Ukes Beinen ab.

Tori kniet auf das linke Knie ab, wobei er sich dabei nach links dreht und Uke zu Boden wirft.

Tori hält dabei den Oni Kudaki bei.

Kaeshi Waza

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links. Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki. Tori blockt mit Jumonji Dori (Kreuzblockade) zu Ukes rechtem Arm und setzt Oni Kudaki an.

Tori variiert zu Musha Dori.

Tori tritt mit Kakato Keri rückwärts zu Ukes Magen.

Tori läßt den Fuß fallen, wobei er sich nach rechts dreht und seinen Körper absenkt. Tori schließt mit Shime Waza ab.

Oni Otoshi

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit Jumonji Dori (Kreuzblockade) zu Ukes rechtem Arm und setzt Oni Kudaki an.

Tori variiert zu Musha Dori.

Tori tritt mit dem Schienbein zu Ukes Leiste/Hoden und führt mit dem gleichen Bein O-soto-nage aus.

Iwa Kudaki

Berge zertrümmern

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori Fudo Ken zum Oberschenkel, Uke antwortet mit rechts Fudo Ken Jodan.

Tori blockt mit links Jodan Uke und führt mit rechts Chin Ken zum Gesicht aus.

Toris Linke greift zur gleichen Zeit Ukes Handgelenk.

Tori bringt seine Hüfte nahe zu Uke und führt O-soto-nage aus.

Anmerkung: Taiken hart zu Ukes Hüfte

Setsu To

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt links Jodan Uke und greift Ukes Handgelenk.

Zugleich schlägt er rechts zu Ukes Bizeps.

Tori tritt nun mit dem rechten Schienbein zu Ukes Leiste/Hoden und drückt Ukes Arm nach innen und unten.

Tori greift dabei Ukes Schulter mit seiner rechten Hand, tritt mit links einen Schritt zurück und kniet auf das Knie ab, wobei er Uke mit zu Boden zieht.

Ran puu

Uke steht in Seigan no kamae, Tori erwartet Ihn in Hira no kamae.

Uke macht einen rechten Jodan Tsuki, dann einen linken Jodan Tsuki, tritt mit dem rechten Bein Zenpo Geri, dann mit dem linken Bein Zenpo Keri.

Uke schließt mit rechts Jodan Tsuki ab.

Tori reagiert entsprechend links Jodan Uke, rechts Jodan Uke, links Gedan Uke, rechts Gedan Uke und schließt mit Jodan Uke links ab.

Sofort im Anschluß setzt er Oni Kudaki an Ukes rechtem Arm an und tritt mit dem rechten Fuß zu Ukes Leiste/Hoden.

Tori wechselt in Kumi Uchi (Griff rechts am Revers und links am Unterarm von Uke) und wirft Uke mit Seoi Nage.

Noch während Uke in der Luft ist, tritt Tori unter Uke für Taki Otoshi (Den Bambus zerschmettern)

Kimon

Teufelstor/Dämonentor

Uke steht in Seigan no kamae, Tori erwartet ihn in Hira no kamae.

Uke macht einen rechten Jodan Tsuki, dann einen linken Jodan Tsuki, tritt mit dem rechten Bein Zenpo Geri, dann mit dem linken Bein Zenpo Keri.

Tori reagiert mit links Jodan Uke, dann rechts Jodan Uke, gefolgt von links Gedan Uke und rechts Gedan Uke.

Sofort nach dem letzten Block führt Tori Musha Dori an Ukes linken Arm aus, und kniet in einer Drehbewegung auf das linke Knie ab, was Uke rückwärts auf den Rücken zu Boden bringt.

Ura Kimon

Im Inneren des Teufelstores

Die Kata startet wie obige Kata namens Kimon.

Die Änderung ist, daß nach den zwei Tritten von Uke ein linker Jodan Tsuki folgt.

Tori führt nun keinen Musha Dori aus, sondern nimmt Ukes linken Unterarm mit seinem rechten Unterarm auf und führt sofort Oni Kudaki an Ukes linken Arm aus.

Tori tritt mit rechts zu Ukes Leiste/Hoden, und schließt mit O-soto-nage ab.

Uki no

Uke steht in Seigan no kamae, Tori erwartet ihn in Hira no kamae.

Uke macht einen rechten Jodan Tsuki, dann einen linken Jodan Tsuki, tritt mit dem rechten Bein Zenpo Geri, dann mit dem linken Bein Zenpo Keri.

Uke schließt mit rechts Jodan Tsuki ab.

Tori reagiert entsprechend links Jodan Uke, rechts Jodan Uke, links Gedan Uke, rechts Gedan Uke und schließt mit Jodan Uke links ab.

Sofort im Anschluß setzt er Oni Kudaki an Ukes rechtem Arm an und tritt mit dem rechten Fuß zu Ukes Leiste/Hoden.

Tori ergreift dann Ukes Kragen mit seiner rechten Hand, dreht sich und wirft Uke mit Seoi Nage oder beendet mit einer Shime Technik.

Goto

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt links Jodan Uke und greift das Handgelenk und greift mit rechts Ukes rechte Schulter.

Tori steppt ein und darunter, wobei er Uke mit einem Taiken mit seiner Hüfte zu Ukes Hüfte öffnet.

Tori tritt dann nach links heraus und bringt so Uke zu Fall.

Dofu

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit links Jodan Uke und ergreift das Handgelenk, und er streckt diesen Arm.

Er schlägt mit rechts einen Ura Shuto zu Kasumi, tritt mit dem Schienbein zu Ukes Leisten/Hoden und bringt seinen Fuß zwischen Ukes Beine.

Er hakelt Ukes vorderes Bein aus und bringt Uke so zu Fall.

Oni Kudaki

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit Jumonji Dori (Kreuzblockade) zu Ukes rechtem Arm und setzt Oni Kudaki an.

Tori tritt mit dem Schienbein zu Ukes Leisten/Hoden und setzt seinen Fuß hinter Ukes rechtem Bein ab, für O-soto-Gake.

Anmerkung: Für den Wurf dreht sich Tori leicht nach links

Yanagi Kaze

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit links Jodan Uke. Uke ergreift Tori und versucht Seoi Nage.

Tori sinkt in der Hüfte ab und schlägt einen Boshi Ken zu Shichibatsu.

Tori springt nun um Uke herum, und schlägt seinen rechten Ellbogen in Ukes Brustkorb.

Tori ergreift Ukes linken Arm mit seiner rechten Hand, und seine Linke Hand kommt unter Ukes rechtem Arm hindurch, er ergreift so Ukes Kragen.

Tori tritt nun unter Ukes Arm und wirft mit Nagare.

Tori kontrolliert Uke mit einem Tritt wenn Uke zu Boden geht.

Tachi Uchi

Aufrechter Schlag

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit links Jodan Uke.

Uke ergreift Tori und versucht Seoi Nage.

Tori sinkt in der Hüfte ab und schlägt einen Boshi Ken zu Shichibatsu.

Mit dem Boshi Ken drückt Tori Uke gleichzeitig zurück und geht so hinter Uke. Er ergreift nun das Fleisch um Butsumetsu.

Tori dreht sich und wirft Uke mit Irimi Nage.

Anmerkung: Für den Griff zu Butsumetsu grabe die Daumen tief ins Fleisch. Wirf seitlich, so fällt Uke nicht frei. Sei vorsichtig, denn die Technik kann Ukes Genick brechen.

Kaze Harei

Windfeger

Uke greift mit der linken Hand und schlägt mit der Rechten.

Tori platziert seine rechte Handfläche unter Ukes Ellenbogen und drückt nach oben.

Tori führt einen linken Jodan Uke zu Jakkin oder Wakiboshi.

Uke erwidert mit einem rechten Kick.

Toris Hand wandert nun vom Ellenbogen zum Handgelenk und Tori führt Gedan Uke aus.

Uke schlägt nun Jodan Tsuki mit Rechts.

Im Augenblick da Uke schlägt, wechselt Tori von einem rechten zu einem linken Ura Gyaku und schlägt mit dem rechten Ellenbogen zu Uko oder Butsumetsu.

Tori geht dann unter dem Arm hindurch, während er Ura Gyaku hält, bis er hinter Uke steht.

Tori bringt seine rechte Hand auf Ukes Schulter und tritt mit Sokushi Keri zu Buda.

Kuruma Dori

Das Rad ergreifen

Uke ergreift mit linker Hand den Kragen von Tori und führt einen rechten Jodan Tsuki aus.

Tori kontrolliert Ukes greifenden Arm am Ellenbogen und drückt von unten den Ellenbogen nach oben, dabei führt er links Jodan Uke aus.

Uke kommt nun mit einem rechten Zenpo Keri, Tori wechselt die rechte Hand vom Ellenbogen zum Handgelenk, um Ukes Arm zu kontrollieren und blockt mit Links Gedan Uke.

Uke kommt erneut mit Jodan Tsuki rechts, Tori wechselt rasch von Gedan Uke in Jodan Uke und ergreift nun das Handgelenk von Ukes rechtem Arm.

Tori geht mit Yoko Aruki nach links, wodurch Ukes rechter Arm über Toris Brust, Ukes rechte Hand unter Ukes Linken Unterarm kommt. Dies bringt Toris Ellenbogen in die Position um damit Ukes Bizeps oder Schulter angreifen zu können und ein Druck darauf bringt Uke zu Boden.

Anmerkung: Die greifende Hand von Uke darf sich drehen, oder man verliert die Kontrolle

Suso Sabaki

Uke schlägt mit rechts Jodan Tsuki, Links Jodan Tsuki, dann rechts Zenpo Keri und rechts Jodan Tsuki.

Tori erwiedert dies mit links Jodan Uke, rechts Jodan Uke, links Gedan Uke und abschließend mit Links Jodan Uke.

Aus dem Block bewegt sich Tori aus der Handreichweite heraus und ergreift Ukes Handgelenk in Ura Gyaku mit der rechten Hand von oben. Mit links ergreift Tori Ukes Fleisch an der Schulter, und der Körper dreht sich nach rechts zum Arm.

Toris rechtes Bein geht über Ukes rechts Bein und Tori versucht Uke zu werfen.

Uke läßt sich nicht werfen, und Tori kontert dies mit einem Schritt zurück mit dem linken Bein.

Tori bewirkt so Druck an der Schulter (Ryumon) mit dem Handgelenk. Nun bewirkt ein Take Ori, der auf und ab bewegt wird, daß das Handgelenk bricht.

Iso Gaeshi

Uke schlägt mit rechts Jodan Tsuki, links Jodan Tsuki, dann rechts Zenpo Keri und rechts Jodan Tsuki.

Tori erwiedert dies mit links Jodan Uke zu Kote, rechts Jodan Uke zu Hoshi, links Gedan Uke zu Kaku und abschließend mit Rechts Fudo Ken zu Kaku.

Dann blockt er Links Jodan Uke zu Kote (Armaussenseite).

Toris rechte Hand wendet nun einen Omote Gyaku aus dem Fudo ken von der Unterseite.

Er hält den Omote Gyaku eng an seinem Körper. Tori geht nun mit dem rechten Fuß und der rechte Ellenbogen ist auf Ukes rechtem Ellenbogen.

Tori tritt nun ein Stück mit dem rechten Fuß heraus und drückt Ukes Arm mit dem rechten Ellenbogen nach unten, was Uke zu Fall bringt.

Hane Otoshi

Zurückschlagen im Sprung

Uke greift mit einem rechten Jodan Tsuki an, läßt einen linken Jodan Tsuki folgen, dann Keri rechts, Keri links.

Tori antwortet mit den entsprechenden Blocks.

Beim letzten Tritt schlägt Tori mit Fudo Ken zum Oberschenkel.

Uke schlägt nun rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt mit links Jodan Uke.

Uke ergreift Tori und versucht Seoi Nage.

Tori sinkt in der Hüfte ab und schlägt einen Boshi Ken zu Shichibatsu.

Uke dreht sich mit dem Gesicht zu Tori, welcher einen Ryote Koppo ken zu Ukes Uko schlägt.

Dies läßt Ukes Rücken zurück beugen, und Tori wirft mit O-soto-nage.

Sabaki Gata

Ara Koma

Hartes Pferd

Uke ergreift Tori mit der linken Hand am Kragen und schlägt mit der Rechten.

Tori macht einen Schritt zurück und blockt links mit Jodan Uke.

Tori kontrolliert den Griff mit seiner rechten Hand und führt dann so einen Omote Gyaku aus, aber er hält die Hand eng am Körper.

Tori tritt mit dem rechten Fuß vor und schlägt Boshi Ken zu Shada Somi.

Tori tritt dann zurück mit dem rechten Bein, er hält aber den Druck mit Boshi Ken aufrecht, und bringt so Uke zu Boden.

Der Boshi kontrolliert Uke auch am Boden.

Anmerkung: Shada Somi - Druckpunkt unter dem Ohr

Shika ashi / Kasoku

Hirschhuf

Uke greift mit der linken Hand und tritt mit rechts.

Tori kontrolliert den Griff, macht einen Schritt nach rechts und führt mit der linken Hand Gedan Uke aus.

Uke schlägt nun mit rechts Jodan Tsuki.

Tori blockt links Jodan Uke zu Hoshi und tritt mit der rechten Ferse zur Innenseite von Ukes rechtem Knie.

Tori dreht die Ferse und tritt zur gleichen Stelle am linken Knie.

Anmerkung: Beim letzten Tritt halte die Hüfte zurück.

Chikusei

Klang des Bambus

Uke schlägt mit rechts Jodan Tsuki, dann links Jodan Tsuki.

Tori blockt beide male Jodan Uke, der erste Block am Handgelenk der zweite zu Hoshi.

Uke tritt nun mit Rechts und Tori erwidert mit links Gedan Uke zum Knöchel.

Sofort setzt Uke mit einem rechten Jodan Tsuki nach, und Tori kommt aus Gedan Uke mit einem Jodan Uke zu Jaku kin.

Aus der Position unter Ukes Arm schlägt Tori mit Oshu Ken zu Butsumetsu (der rechte Fuß ist vorn).

Tori greift sogleich das Fleisch um Butsumetsu und bringt Uke so auf seine Zehenspitzen, während er zur gleichen Zeit das Fleisch an Ukes Oberarm mit seiner linken Hand greift.

Tori dreht nun Uke, wobei er gegen Butsumetsu drückt und Ukes Arm nach unten drückt.

Dies bringt Uke dazu, das er sich nach hinten lehnt.

Tori wirft Uke nun über die rechte Hüfte mit Harai Goshi zu Boden.

Tori senkt beim Wurf zudem sein Körpergewicht um die Kraft des Wurfes zu verstärken.

Tori kontrolliert Uke mit seinem Knie auf dem Brustkasten.

Anmerkung: Vorsichtig bei der Ausführung von Harai Goshi, denn Uke kann auf dem Knie landen und sich das Rückrad brechen.

Yume Makura

Traumkissen

Uke schlägt mit rechts Jodan Tsuki, links Jodan Tsuki, dann rechts Zenpo Keri und rechts Jodan Tsuki.

Tori erwidert dies mit links Jodan Uke, rechts Jodan Uke, links Gedan Uke und abschließend rechts mit Jumonji Dori (Kreuzblockade).

Toris Linke ergreift Ukes rechtes Handgelenk und die linke Hand ergreift Ukes Ellenbogen.

Tori tritt nun einen Schritt zurück und bringt so Ukes Arm in eine Form von Oni Kudaki. Tori ändert nun seinen Griff von vorn nach hinten und drückt gegen den Ellenbogen.

Gleichzeitig zieht Tori an Ukes Handgelenk so das Ukes Arm überstreckt wird.

Tori bringt Ukes getreckten Arm über seine Brust und läßt sich nach rückwärts fallen, wobei er Uke durch den Armstreckhebel mit sich zu 'Boden reißt.

Tori rollt über Ukes Rücken und kontrolliert ihn mit O-Gyaku