

Tori → GREIFER, derjenige, der die Aktion macht Uke→ NEHMER, derjenige an dem die Aktion ausgeführt wird



1→ Uke rechts von Joseki

Uke: Ergreifen beider Handgelenke - Kniestoß Tori: Handkantenschlag - Handgelenkhebel mit



4→ Tori bleibt stehen, Uke steht auf u. geht hinter Tori, dadurch steht Uke rechts von Joseki

Uke: Armfassen von hinten und Druck Tori: Fußtritt seitwärts zum Knie, Körperstreckhebel



2→ Uke links von Joseki

Uke: Linkes Revers fassen und Druck Tori: Revers zurückziehen, Faustrückenschlag, Armstreckhebel zum Boden, Festlegen



Uke: Rechter Revers fassen und Zug



5→ Tori will zurück, Uke geht hinter ihn Uke links von Joseki

Uke: Kragenfassen von hinten und Zug Tori: Drehung, Fauststoß zum Solar Plexus, Drehsterckhebel



6→ Tori will zurück, Uke geht hinter ihn. Uke rechts von Joseki

Uke: Freies Würgen Tori: Arm herunterziehen, Drehung, Armstreckhebel zum Boden



7→ Tori will zurück, Uke geht hinter ihn. Uke links von Joseki

Uke: Körperumklammerung von hinten Tori: Fersenstoß, Schleuderwurf

Kodokan-Goshin-Jitsu (nicht Goshin-Jitsu no-Kata) besteht aus 5 Gruppen. Die 1. und 2. Gruppe werden als eine Gruppe ausgeführt. (Betrifft die Aufstellung von Uke u. Tori)

(1. mit Kontakt, 2. ohne Kontakt) = Angriffe ohne Waffen wird als eine Gruppe ausgeführt (3. Messer, 4. Stock, 5. Revolver) = Angriffe mit Waffen; = Reihenfolge beim Ablegen der Waffen

Bei Beginn und Ende der Kata steht Tori links u. Uke rechts von Joseki aus gesehen. Bei jeder Technik, mit Ausnahme von 3 auf 4 ist Seitenwechse!!! Bei Beendigung und Beginn jeder Gruppe steht Tori links u. Uke rechts von Joseki.



8→ Uke: Hammerschlag zur Schläfe Tori: Rückwärtsschritt, Fauststoß, Kehle fassen, Großer Außenwurf



9→ Uke: Aufwärtshaken Tori: Handkantenblock nach oben, Schleuderwurf



10→ Uke: Fauststoß links zum Gesicht Tori: Fauststoß rechts, Freies Würgen





11→ Uke: Fußtritt vorwärts Fori: Handfegen, Fußrückwurf



12→ Uke: Fußstoß seitwärts



Tori: Tiefblock, Rückriß



