

Ten no kata

天の型

Alle Sequenzen beginnen und enden in hachiji dachi.

Abkürzungen: zkd = zenkutsu dachi, kkd = kokutsu dachi

A. Zuki-waza

- | | |
|--|---|
| 1. links: chudan tate shuto uke
rechts: chudan tate shuto uke | rechts vor: zkd + chudan oi tsuki
links vor: zkd + chudan oi tsuki |
| 2. links: jodan tate shuto uke
rechts: jodan tate shuto uke | rechts vor: zkd + jodan oi tsuki
links vor: zkd + jodan oi tsuki |
| 3. links: chudan tate shuto uke
rechts: chudan tate shuto uke | links vor: zkd + chudan gyaku tsuki
rechts vor: zkd + chudan gyaku tsuki |
| 4. links: jodan tate shuto uke
rechts: jodan tate shuto uke | links vor: zkd + jodan gyaku tsuki
rechts vor: zkd + jodan gyaku tsuki |

B. Uke-waza

- | | |
|---|--|
| 1. rechts zurück: zkd + gedan barai links
links zurück: zkd + gedan barai rechts | chudan gyaku tsuki
chudan gyaku tsuki |
| 2. rechts zurück: zkd + uchi uke links
links zurück: zkd + uchi uke rechts | chudan gyaku tsuki
chudan gyaku tsuki |
| 3. rechts zurück: kkd + chudan shuto uke links
links zurück: kkd + chudan shuto uke rechts | zkd + chudan gyaku-nukite
zkd + chudan gyaku-nukite |
| 4. rechts zurück: zkd + age uke links
links zurück: zkd + age uke rechts | chudan gyaku tsuki
chudan gyaku tsuki |
| 5. rechts zurück: zkd + jodan tate shuto uke links
links zurück: zkd + jodan tate shuto uke rechts | jodan gyaku tsuki
jodan gyaku tsuki |
| 6. rechts zurück: zkd + jodan soto uke links
links zurück: zkd + jodan soto uke rechts | chudan gyaku tsuki
chudan gyaku tsuki |

KIAI