



Blatt B zum 2. KYU HANBO - JITSU

Blatt 1/2

TSUKI - KIHON

Vorwort

Der Grundgedanke des KIHON ist das Demonstrieren des Stoffgebietes TSUKI. Damit sollen die Stöße ergiebig behandelt werden. Dabei muß auf gute Waffenführung und Körperkoordination geachtet werden.

Die Darstellung soll dem Niveau eines 2. KYU entsprechen.

ZEREMONIE

1) li. Bein etwas nach außen in einen SAGURU-NO-KAMAE umsetzen, nach li. zum Bein einen YOKO-GYAKU-KIRITSU-NANAME-TSUKI in GYAKUTE-MOCHI stoßen, nun mit dem re. Fuß nach vorne in einen YOKO-NO-KAMAE umsetzen, dabei mit re. einen CHUDAN-YOKO-HIRA-GYAKU-KATATE-NAGAI-TSUKI in MAE-MOCHI ausführen, nun das vordere Bein in einen DASU-NO-KAMAE umsetzen und dabei den HANBO in die li. Hand übergeben, mit li. ein KIRITSU-JODAN-TATE-NANAME -TSUKI in USHIRO-MOCHI stoßen, dabei ist die Ausführung auf die Körperseite bezogen eine klassische GYAKU-FORM, mit einem TE-KAITEN den Griff wechseln, die Stellung in SAGURU-NO-KAMAE verlagern und die zweite Folge einleiten, die Kombination 5x durchführen

2) MAWATE in DASU-NO-KAMAE mit CHUDAN-MAE-RYOTE-NAGAI-TSUKI in einem HIDARI-HONTE-MOCHI, es folgt ein TE-NAGAI-TSUKI, nun den HANBO in einer runden Bewegung in die li. Armbeuge legen (MOCHIKAE durch TEWATASU), parallel dazu mit dem hinteren re. Bein nach vorne re. außen in einen YOKO-NO-KAMAE umsetzen, nun mit dem HANBO einen MAE-UCHI-EMPI-TSUKI nach vorne stoßen und dabei die Stellung mit dem Stoß verdrehen, nun den re. Fuß nach vorne zur Mitte hin bewegen in einen DASU-NO-KAMAE um so die zweite Folge einzuleiten, Diese Form beinhaltet die Wendung und 5 x vorgehen

3) MAWATE in SAGURU-NO-KAMAE mit einem li. SOTO-UKE und gleichzeitig einen CHUDAN-KATATE-NAGAI-TSUKI in USHIRO-MOCHI, nun den HANBO an den Unterarm anlegen, vorgehen in einen re. DASU-NO-KAMAE mit dem HANBO einen JODAN-MAE-UDE-TSUKI ausführen, den vorderen Fuß in YOKO-NO-KAMAE umsetzen, nun mit dem rechten Ellenbogen einen JODAN-YOKO-KATATE-UDE-NAGAI-TSUKI (JODAN-YOKO-EMPI-TSUKI) in USHIRO-MOCHI stoßen, den HANBO nun durch einen parallelen Seitenwechsel RYOTE-NANAMEKAE in die li. Hand wechseln, wieder in einen USHIRO-MOCHI, nun folgt die zweite Folge der Kombination Diese Form beinhaltet die Wendung und 5 x vorgehen



4) MAWATE in SAGURU-NO-KAMAE, mit li. einen SHUTO-UKE und mir re. einen JODAN-KATATE-NAGAI-TSUKI in MAE-MOCHI (wie in HANBO SANDAN), nun ein MAE-SEIO-NAGAI-TSUKI re. mit verlagern in DASU-NO-KAMAE, mit re. vor in DASU-NO-KAMAE mit CHUDAN-NANAME-TSUKI in GYAKUTE-MOCHI, li. weiter vor und dabei übergehen in einen HIZA-NO-KAMAE wobei das re. Bein mit dem Knie abgesetzt wird, während dieser Bewegung einen MOCHIKAE in einen HONTE-USHIRO-RYOTE-MOCHI durchführen, wenn der HIZA-NO-KAMAE erreicht ist wird ein GEDAN-KIRITSU-RYOTE-NAGAI-TSUKI in HONTE-USHIRO-RYOTE-MOCHI (wobei die linke Hand oben ist) zum Boden gestoßen, nun führt man einen MOCHIKAE durch, noch immer in einem HIZA-NO-KAMAE wird nun nach vorne ein JODAN-MAE-RYOTE-NAGAI-TSUKI in einem HIDARI-MAE-RYOTE-MOCHI gestoßen, nun aufstehen und mit dem vorderen li. Fuß zurück in einen SAGURU-NO-KAMAE gehen, dabei die re. Hand vom HANBO lösen um damit wieder einen SHUTO-UKE auszuführen zu können, man steht nun in einem MIGI-SAGURU-NO-KAMAE und beginnt mit der zweiten Folge

Diese Form beinhaltet die Wendung und 3 x vorgehen

5) MAWATE in SAGURU-NO-KAMAE li. vorne, nun mit e. einen MAE-GERI ausführen, parallel dazu einen MAE-KATATE-NAGAI-TSUKI in MAE-MOCHI stoßen, danach den re. Fuß nach vorne in DASU-NO-KAMAE absetzen, MAWATE in einen DASU-NO-KAMAE li., nun ein CHUDAN-USHIRO-RYOTE-NAGAI-TSUKI in einem GYAKUTE - MOCHI ausführen, die Ausführung ist eine GYAKU-Form (Körperseite), re. vorgehen in DASU-NO-KAMAE und dabei den HANBO auf die li. Seite drehen so daß er am Unterarm anliegt, nun einen CHUDAN-MAE-WAKI-RYOTE-NAGAI-TSUKI nach einem MOCHIKAE in HONTE-MOCHI stoßen, wieder MOCHIKAE in GYAKUTE-MOCHI, MAWATE in DASU-NO-KAMAE mit einem JODAN-MAWASHI-RYOTE-NAGAI-TSUKI in einem GYAKUTE-MOCHI, die zweite Folge mit einem Schritt nach vorne in DASU-NO-KAMAE re. eingeleitet, nun ein MAE-GERI li. folgen lassen,

Diese Form beinhaltet die Wendung und 3 x vorgehen

6) MAWATE in DASU-NO-KAMAE mit CHUDAN-MAE-JUJI-NANAME-TSUKI in HONTE-MOCHI, den HANBO dann in einer SENAKA-KAITEN Bewegung über den Rücken stoßen um dann einen JODAN-MAE-SENAKA-TSUKI in MAE-MOCHI auszuführen, dabei die Stellung in SAGURU-NO-KAMAE verlagern, mit der freien li. Hand eine fegende Bewegung ausführen (HANBO: HATE-NO-DAI),

nach dem Stoß den HANBO nach vorne heraus ziehen und die zweite Folge einleiten,

Diese Form beinhaltet die Wendung und 5 x vorgehen

Wichtig !

Nicht bei allen KIHON Teilen besteht eine Bahn aus insgesamt 6 Techniken! Wegen der Vielzahl der Einzeltechniken beinhaltet die Bahn 4 und 5 nur 3 Technikgruppen. Plus der Wendung 4x ausführen. Zu dieser Anleitung hat der KOBUDO KWAI auch ein passendes Lehrvideo erstellt. Kann auf der Website herunter geladen werden.

